



MEDICINSKA  
FAKULTETEN

Institutionen för hälsovetenskaper  
Arbetsterapeutprogrammet

# Patienters erfarenheter och upplevda betydelse av kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention gällande vuxna personer med psykisk ohälsa.

- En litteraturöversikt

Författare: Sofia Viberg och Ida Adolfsson

Handledare: Helene Andersson

Kandidatuppsats, Litteraturöversikt

Våren 2021

Lunds universitet  
Medicinska fakulteten  
Programnämnden för rehabilitering  
Box 157, 221 00 LUND

# Patienters erfarenheter och upplevda betydelse av kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention gällande vuxna personer med psykisk ohälsa.

- En litteraturöversikt

Författare: Sofia Viberg och Ida Adolfsson  
Handledare: Helene Andersson  
Examensarbete på kandidatnivå, Litteraturöversikt  
Våren 2021

## Abstrakt

**Bakgrund:** Psykisk ohälsa är ett globalt folkhälsoproblem som fortsätter att öka. Arbetsterapeuter inom psykiatrin använder kreativa aktiviteter som intervention då det har visat sig främja rehabiliteringsprocessen för personer med psykisk ohälsa

**Syfte:** Syftet är att beskriva patienters erfarenheter och upplevda betydelse av kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention gällande vuxna personer med psykisk ohälsa.

**Metod:** En integrativ litteraturöversikt med 12 artiklar från databaserna PubMed, Cinahl och PsycInfo genomfördes. Data analyserades med innehållsanalys.

**Resultat:** Analysen resulterade i tre övergripande teman med tillhörande kategorier.

1) *Kontext*; gruppens stöd, kommunikation, terapeuten, 2) *görandet*; aktivitetsutförande, aktivitetsmönster, 3) *individ och hälsan*; personlig utveckling, personlig mening. Kreativa aktiviteter som intervention var ett verktyg för både verbal och icke verbal kommunikation. Interventionerna upplevdes som meningsfulla och ledde till skapandet av nya rutiner och gav en bättre struktur i vardagen. Det bidrog även till en personlig utveckling utifrån ett flertal aspekter.

**Slutsats:** Litteraturöversikten visade att personer med psykisk ohälsa kan dra nytta av att delta både i individuella och gruppbaseade kreativa aktiviteter som intervention. Vidare forskning behövs för att studera användandet av kreativa aktiviteter som intervention för vuxna med psykisk ohälsa.

## Nyckelord:

Kreativitet, arbetsterapi, psykisk sjukdom, rehabilitering, välbefinnande

# Patients' experiences and perceived meaning of creative activities as intervention in occupational therapy regarding adults with mental illness.

- A literature review

Author: Sofia Viberg and Ida Adolfsson  
Supervisor: Helene Andersson  
Bachelor thesis, Literature review  
Spring 2021

## Abstract

**Background:** Mental illness is a global public health problem that continues to increase. Occupational therapists in psychiatric care use creative activities as intervention as it has been shown to promote the rehabilitation process for people with mental illness.

**Aim:** The aim is to describe patients' experiences and perceived meaning of creative activities such as occupational therapy intervention regarding adults with mental illness.

**Method:** An integrative literature review with 12 articles from the databases PubMed, Cinahl and PsycInfo were conducted. Data were analyzed using content analysis.

**Results:** The analysis resulted in three main themes with appurtenant categories. 1) *Context*; group support, communication, the therapist. 2) *The occupation*; activity performance, activity patterns. 3) *The individual and the health*; personal development, personal meaning. The creative activities as intervention were a tool for both verbal and nonverbal communication. The interventions were perceived as meaningful and led to the creation of new routines and provided a better structure in everyday life. It also contributed to personal development based on several aspects.

**Conclusion:** The literature review showed that people with mental illness can benefit from participating in both individual and group based creative activities as intervention. Further research is needed to study the use of creative activities as an intervention for adults with mental illness.

## Keywords

creativity, occupational therapy, mental disorders, well-being

Lund University  
Faculty of Medicine  
Program Committee for Rehabilitation  
Box 157, S-221 00 LUND

# Innehållsförteckning

<b>INNEHÅLLSFÖRTECKNING</b> .....	<b>1</b>
<b>INTRODUKTION</b> .....	<b>2</b>
INLEDNING .....	2
BAKGRUND .....	2
<i>Psykisk ohälsa och arbetsterapeutiska interventioner</i> .....	2
<i>Aktivitetens betydelse för hälsa och välbefinnande</i> .....	3
<i>Kreativa aktiviteter</i> .....	4
<i>Kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention</i> .....	4
<i>Problemformulering</i> .....	5
<b>SYFTE</b> .....	<b>6</b>
<b>METOD</b> .....	<b>6</b>
URVAL .....	6
DATAINSAMLING .....	7
DATAANALYS .....	8
FORSKNINGSETISKA AVVÄGNINGAR .....	10
<b>RESULTAT</b> .....	<b>10</b>
KONTEXT .....	11
<i>Gruppens stöd</i> .....	11
<i>Kommunikation</i> .....	12
<i>Arbetsterapeuten</i> .....	12
GÖRANDET.....	13
<i>Aktivitetsutförande</i> .....	13
<i>Aktivitetsmönster</i> .....	14
INDIVIDEN OCH HÄLSAN.....	14
<i>Personlig utveckling</i> .....	14
<i>Personlig mening</i> .....	15
<b>DISKUSSION</b> .....	<b>16</b>
RESULTATDISKUSSION .....	16
METODDISKUSSION.....	18
SLUTSATS OCH KLINISKA IMPLIKATIONER.....	21
<b>REFERENSER</b> .....	<b>22</b>
<b>TABELL 3</b> .....	<b>29</b>
<b>BILAGA 1</b> .....	<b>34</b>

# Introduktion

## **Inledning**

Psykisk ohälsa är ett omfattande nationellt men även globalt folkhälsoproblem som fortsätter att öka bland befolkningen. I dagsläget finns det ett flertal interventioner riktade till personer med psykisk ohälsa. Det är angeläget att skapa fler förutsättningar för rehabilitering och återhämtning för personer med psykisk ohälsa genom att erbjuda interventioner som upplevs ge effekt vid rätt tidpunkt (Folkhälsomyndigheten, 2021a). Inom den psykiatriska vården används flertalet arbetsterapeutiska interventioner och många av dem har en kreativ inriktning. Användandet av kreativa aktiviteter inom arbetsterapi baseras på den starka relationen mellan kreativitet och välbefinnande (Wilcock & Hocking, 2015). Examensarbetet kommer att belysa betydelsen av kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention för personer med psykisk ohälsa.

## **Bakgrund**

### *Psykisk ohälsa och arbetsterapeutiska interventioner*

Folkhälsomyndigheten (2021b) beskriver att psykisk ohälsa innefattar flera olika tillstånd från mildare besvär som oro till mer långvariga problem som kan påverka personens vardagsliv och funktionsförmåga. De långvariga tillstånden är bland annat depression och schizofreni där det rekommenderas behandling från hälso- och sjukvården (Folkhälsomyndigheten, 2021b). Psykisk ohälsa är sedan år 2014 den mest förekommande orsaken till sjukskrivning i Sverige. Personer med psykisk ohälsa löper högre risk att drabbas av somatiska sjukdomar jämfört med personer som inte lider av psykisk ohälsa (Socialstyrelsen, 2021).

Psykisk ohälsa innebär inte bara ett lidande för den drabbade utan kan även påverka familj och vänner i stor utsträckning. Psykisk ohälsa kan förorsaka kognitiva, känslomässiga och beteendemässiga symtom hos personen (Ramsey & Swarbrick, 2014). Det kan leda till att personen tenderar att endast fokusera på den närmaste framtiden och får svårigheter att sätta upp långsiktiga mål. Det psykiska måendet kan påverka tidsplanering, aktivitetsutförande och problemlösningsförmåga vilket kan leda till att personens vardag förändras på flera olika sätt (Bejerholm, 2010). En till synes enkel uppgift som att duscha eller rasta hunden kan bli övermäktig för personen och stimuli från omgivningen kan kännas överväldigande

(Bejerholm & Eklund 2014). Att upprätthålla dagliga rutiner och roller kan därför bli en stor utmaning för personer med psykisk ohälsa (Ramsey & Swarbrick, 2014). Följaktligen kan det även leda till svårigheter att utföra meningsfulla aktiviteter. Personer med ett lågt antal aktiviteter har ofta en ökad symtombild, en mindre känsla av sammanhang och lägre aktivitetsengagemang (Eklund, 2010).

Arbetsterapeutiska interventioner för personer med psykisk ohälsa syftar till att skapa en fungerande och aktiv vardag med möjlighet till delaktighet i samhället trots funktionshinder (Argentzell & Leufstadius, 2010). Det finns både individuella och gruppbaseade arbetsterapeutiska interventioner för personer med psykisk ohälsa som till exempel kan innehålla psykoedukation, kreativa aktiviteter, aktivitetsbalans, färdighetsträning och djurassisterad terapi (D'Amico et al., 2018; Kirsch et al., 2019). Enligt Steultjens et al. (2005) har tidigare forskning visat att det inte finns tillräckligt med evidens för att hävda att psykiatrisk arbetsterapi ger effekt. Även Kirsh et al. (2019) menar att det föreligger ett behov av ytterligare forskning för att skapa evidens för arbetsterapeutiska insatser vid psykisk ohälsa.

#### *Aktivitetens betydelse för hälsa och välbefinnande*

Arbetsterapiens teoretiska utgångspunkt är att aktivitet bidrar till förbättrad hälsa (Meyer, 1922; Wilcock & Hocking, 2015). Varje individ har en unik sammansättning av aktiviteter i vardagen som i arbetsterapien benämns som aktivitetsmönster (Eklund et al., 2017). En del aktiviteter i en individs liv kan beskrivas som meningsfulla och utgör en del av människans biologiska arv. Dessa aktiviteter tillsammans med ett balanserat aktivitetsmönster är grundläggande för att uppleva hälsa och välbefinnande (Backman, 2010; Håkansson et al., 2006; Wilcock & Hocking, 2015). De meningsfulla aktiviteterna bidrar även till att människan utnyttjar sin kapacitet för att göra det som hen vill utöver de aktiviteter som behövs för att tillgodose basala behov (Wilcock & Hocking, 2015).

Den aktivitetsbaserade begreppsmodellen *The Value and Meaning in Occupations* (ValMO) (Erlandsson & Persson, 2020) är ett arbetsterapeutiskt redskap där teorin används för att beskriva och förstå begreppet aktivitet. Aktivitet är ett komplext samspel mellan de tre komponenterna människa, omgivning och aktivitet. Begreppet aktivitet används för att beskriva när aktiviteten utförs i ett allmänt sammanhang och inte innefattar en specifik person. Görande å andra sidan används för att beskriva den personliga kopplingen till aktiviteten och sammanhanget den utförs i (Erlandsson & Persson, 2020). Att inrikta sig på

aktivitet och görande har visat sig vara en unik strategi för att kunna påverka individers subjektiva upplevelse av mening och hälsa, vilket är karakteristiskt för arbetsterapi (Erlandsson et al., 2011).

### *Kreativa aktiviteter*

Begreppet kreativitet härstammar från latinets *creare* och engelskans *to create* vilket i båda språken kan översättas till att skapa. Kreativitet kan definieras på olika sätt beroende på vilket sammanhang det används i, men det uttrycks ofta med en positiv underton (Gamborg, 2016). Kreativitet beskrivs även som en medfödd förmåga att tänka och agera på olika sätt genom att vara uppfinningsrik och fantasifull (Schmid, 2005). Människan har ett biologiskt behov av att göra och skapa genom att använda sin kreativitet i aktivitet (Winther Hansen et. al, 2021). Kreativa aktiviteter associeras ofta med skapande aktiviteter såsom konst, musik och dans men kan återfinnas i alla aktiviteter i form av en subjektiv upplevelse hos personen (Gamborg, 2016). Gostoli et al. (2017) menar att kreativa aktiviteter kan bidra till ökad tillfredsställelse med livet och känslan av att utföra något meningsfullt. Kreativa aktiviteter kan även upplevas lustfyllda och glädjande samtidigt kan de skapa en känsla av gemenskap och tillhörighet (Leufstadius et al., 2010; Schmid, 2005). Kreativa aktiviteter är uppskattade aktiviteter i samhället och det som skapas i kreativa aktiviteter kan främja upplevelsen av att vara bidragande och delaktig i samhället (Winther Hansen et al., 2021). Forskning har visat att kreativa aktiviteter kan ha betydelse för personer med psykisk ohälsa då det kan ha en läkande effekt som främjar upplevelsen av hälsa och välbefinnande (Perruzza & Kinsella, 2010).

### *Kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention*

Professionen arbetsterapeut är ett yrke starkt förknippat med kreativitet. Arbetsterapeuter arbetar med kreativa lösningar för att skapa en aktiv och meningsfull vardag genom att öka individers förmåga till aktivitet och delaktighet (Gamborg, 2016). Av tradition har kreativa aktiviteter såsom målning, vävning, stickning och lera använts av arbetsterapeuter då dessa aktivitetsformer passar för den breda massan (Schmid, 2004; Winther Hansen & Morville, 2016). Winter Hansen et al. (2021) beskriver fem kännetecken för att beskriva vad begreppet kreativa aktiviteter som intervention innebär:

- 1) Innehåller något element av konst eller hantverk där kropp och sinne involveras

- 2) Upplevs som meningsfullt
- 3) Skapar kreativa processer
- 4) Förbättrar aktivitetsutförandet och förmågan att hantera vardagen
- 5) Enkla att anpassa individuellt eller i grupp med olika metoder och tillvägagångssätt.

Att använda kreativa aktiviteter som intervention har visat sig främja rehabiliteringsprocessen ur flera aspekter (Winther Hansen & Morville, 2016). Kreativa aktiviteter bidrar till att personen får möjlighet att utvecklas, stärka sin identitet och finna nya sätt att hantera aktivitetsrelaterade utmaningar (Winther Hansen & Morville, 2016). Användandet av kreativa aktiviteter i terapeutiskt syfte har även visat sig förstärka känslan av att tillhöra ett kulturellt sammanhang (La Cour et al., 2005). Forskning har visat att styrkan med att använda kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi att det upplevs som meningsfullt på flera olika nivåer (Winther Hansen et al., 2021). Winther Hansen et al. (2021) menar att det behövs fler jämförande studier där effekt mäts och dokumenteras beträffande interventioner som innehåller kreativa aktiviteter. Kreativa aktiviteter som intervention kännetecknas av en flexibel användning vilket är värdefullt, men flexibiliteten kan även orsaka förvirring kring interventionens syfte. Genom att utöka forskningen inom arbetsterapi och kreativa aktiviteter kan man förebygga att evidensen enbart baseras på gemensamma antaganden kring interventionerna (Winther Hansen et al., 2021).

### *Problemformulering*

Psykisk ohälsa är ett växande folkhälsoproblem som kan leda till att personer får svårigheter att klara det dagliga livets aktiviteter vilket även kan påverka förmågan att delta i samhället (Folkhälsomyndigheten, 2021a). Det föreligger ett behov av interventioner som bidrar till att bibehålla eller förbättra aktivitetsförmåga för personer med psykisk ohälsa. Målsättningen inom arbetsterapi är att samtliga interventioner ska syfta till att personer ska kunna uppnå eller bibehålla hälsa och välbefinnande i sin vardag med hjälp av aktivitet (Erlandsson & Persson, 2020). Kunskap inom detta område är viktigt i syfte att optimera rehabiliteringen av personer med psykisk ohälsa för att möjliggöra deras förmåga till aktivitet och delaktighet i samhället. Kreativa aktiviteter har traditionsenligt använts som arbetsterapeutisk intervention då det har visat sig främja rehabiliteringsprocessen för personer med psykisk ohälsa (Winther Hansen & Morville, 2016). Trots det visar tidigare forskning att det finns ett behov av en ökad förståelse kring varför arbetsterapeuter väljer kreativa aktiviteter som intervention för att



kunna formulera och motivera det terapeutiska syftet både till patienter och kollegor (Winther Hansen et al., 2021). Utifrån ovanstående finns det behov av fördjupad kunskap om det aktuella kunskapsläget inom området kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention vid psykisk ohälsa. Författarnas intention är därför att litteraturöversikten ska ge ökad kunskap om hur kreativa aktiviteter har upplevts som intervention och hur det kan främja hälsa och välbefinnande hos personer med psykisk ohälsa.

## Syfte

Syftet är att beskriva patienters erfarenheter och upplevda betydelse av kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention gällande vuxna personer med psykisk ohälsa.

## Metod

För att besvara syftet på ett lämpligt tillvägagångssätt genomfördes examensarbetet som en integrativ litteraturöversikt. Valet av metod baserades på att författarna strävade efter att skapa en syntetiserande översikt av befintliga vetenskapliga artiklar inom ett område (Friberg, 2017a). Enligt Segesten (2017a) bygger en litteraturöversikt på ett systematiskt arbete där alla steg kräver en detaljerad redovisning. Vid en integrativ litteraturöversikt gör författarna en noggrannare analys av data för att kunna syntetisera resultatet och skapa en helhet. En integrativ litteraturöversikt innebär även att författarna drar slutsatser utifrån mönster och likheter som identifieras utifrån de vetenskapliga artiklarnas resultat (Friberg, 2017a). I denna litteraturöversikt ingick både kvantitativa och kvalitativa artiklar i urvalet.

## Urval

Litteratursökningen genomfördes i databaserna PubMed, Cinahl och PsycInfo. Valet av databaser baserades på att de har fokus på omvårdnadsvetenskap och medicin samt att PsycInfo innehåller artiklar inom psykologi (Kristensson, 2014; Östlundh, 2017). Sökningen utformades likvärdigt i de tre databaserna genom en fritextsökning där sökorden var *mental disorders*, *creativity*, *art therapy*, och *occupational therapy* kombinerat med Booleska sökoperatorer (Kristensson, 2014; Östlundh, 2017). Databasernas respektive ämnesordlistor kontrollerades för att identifiera vilka sökord som skulle användas utifrån nyckelbegreppet *psykisk ohälsa*. Rekommendationen i samtliga databaser var att använda *mental disorders*.

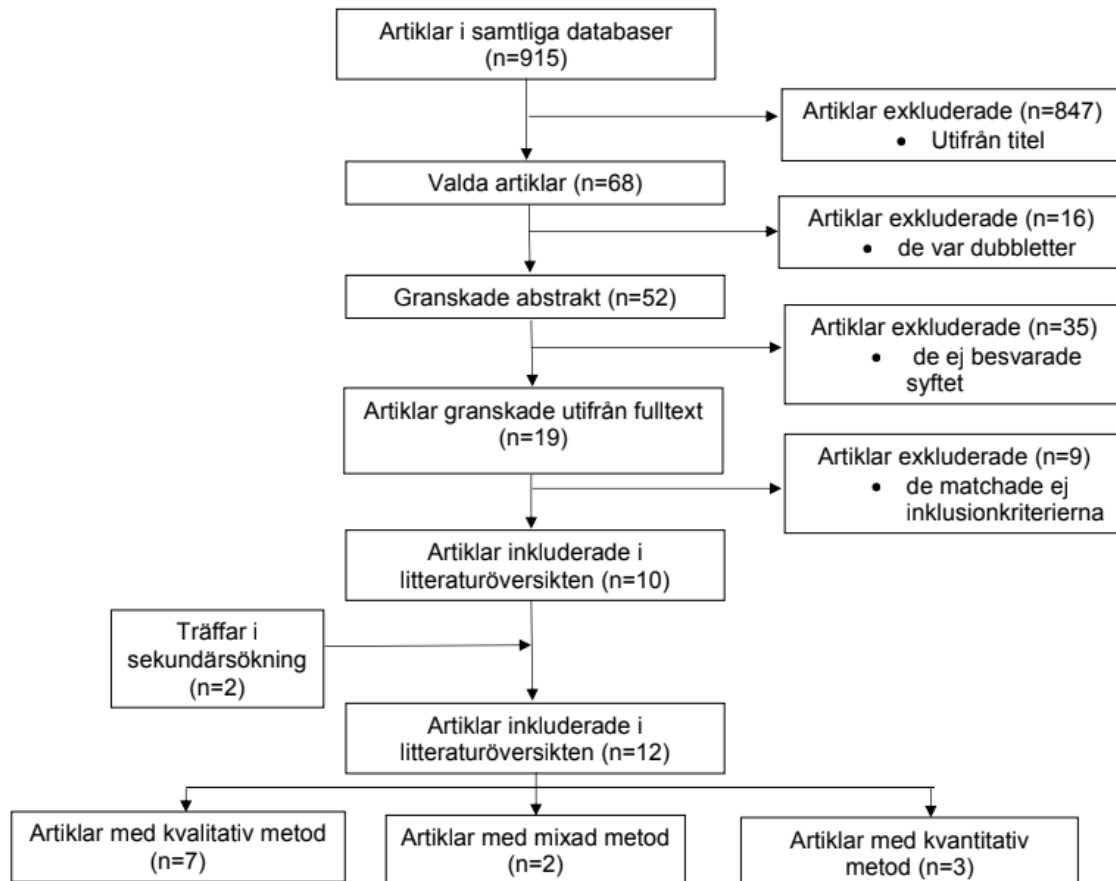
Under processen valde författarna att lägga till sökordet *occupational therapy* som ansågs relevant då författarna endast sökte artiklar som innehöll arbetsterapi (se bilaga 2). För att välja ut de artiklarna som besvarade syftet på bästa sätt användes inklusions- och exklusionskriterier. För att uppfylla inklusionskriterierna skulle artiklarna innehålla psykisk ohälsa, kreativa aktiviteter, arbetsterapi, deltagarna skulle vara vuxna personer, originalartiklar skrivna på engelska, publicerade mellan år 1980–2021 samt vara etiskt godkända. Artiklar innehållande demenssjukdom, skrivna på andra språk än engelska samt de som inte var etiskt granskade exkluderades.

### **Datainsamling**

När de slutgiltiga sökorden utformats genomfördes litteratursökningen i de tre förutbestämde databaserna PubMed, Cinahl och PsycInfo vilket resulterade i totalt 915 artiklar se Figur 1. Därefter läste författarna artiklarnas titlar upprepade gånger för att skapa sig en uppfattning om de kunde vara användbara för uppsatsen. Den första gallringen resulterade i att 847 artiklar sorterades bort då det tydligt framgick utifrån titeln att de innehöll något av författarnas exklusionskriterier. Ett exempel var att titlarna innehöll personer med demensdiagnos, annan sjukdom eller att de inte var arbetsterapeutiska vilket gjorde att författarna exkluderade dessa artiklar utan att ha läst artikelns abstract. Av de återstående 68 artiklarna sorterades 16 dubletter bort vilket resulterade i 52 artiklar. Författarna antog ett helikopterperspektiv för att skapa sig en helhetsbild över området vilket innebar att de 52 artiklarnas abstracts lästes noggrant var för sig för att kunna identifiera om innehållet motsvarade syftet med litteraturöversikten (Friberg, 2017a). Efter läsning av abstracts exkluderade författarna gemensamt efter diskussion 33 artiklar då dessa inte ansågs besvara syftet. Ett exempel på varför dessa exkluderades var att artiklarna inte innehöll en specifik intervention vilket författarna sökte för att kunna besvara syftet.

Därefter läste författarna igenom de resterande 19 artiklarna i fulltext upprepade gånger var för sig skapa sig en egen bild av artiklarnas huvudinnehåll. Efter gemensam diskussion exkluderades nio artiklar då samtliga av studierna inte var arbetsterapeutiska. För att få fram fler relevanta artiklar till litteraturöversikten utförde författarna en sekundärsökning genom att kontrollera de tio utvalda artiklarnas referenslistor (Östlundh, 2017). Sekundärsökningen resulterade i att ytterligare två artiklar inkluderades se figur 1. Artiklarna granskades utifrån kriterier enligt *The Oxford 2011 levels of Evidence 2* (OCEBM Levels of Evidence Working

Group, 2021) för bedömning av evidensnivå. Artiklarnas tillförlitlighet kan delas in fem olika nivåer där evidensnivå ett var starkast och nivå fem svagast se tabell 3. Evidensstyrkan i studierna varierade mellan 2–4 men majoriteten hade en evidensstyrka på 3. Efter gemensam diskussion sammanfattades de inkluderade artiklarna i en översiktstabell där syfte, metod, resultat och evidensnivå finns beskrivet i Tabell 3.



**Figur 1.** Flödesschema över datainsamlingen.

## Dataanalys

Vid analysen av de tolv utvalda artiklarna tillämpades en manifest innehållsanalys enligt Lundman och Hällgren Graneheim (2017). Den manifesta innehållsanalysen innebar att författarna under analysen arbetade med det uppenbara och textnära materialet (Lundman & Hällgren Graneheim, 2017). Analysprocessen genomfördes med en ansats för att hitta likheter och mönster i data för att syntetisera resultatet från de olika studierna (Friberg, 2017a). Innehållsanalysen innebär att meningsenheter identifieras för att sedan kondenseras, kodas och kategoriseras för att slutligen formulera teman. Inledningsvis identifierades

meningsenheter som kunde vara ord, meningar eller delar av en text med liknande sammanhang från artiklarnas resultat. Författarna valde att identifiera meningsenheter till samtliga artiklar separat för att få ett bredare perspektiv och säkerhetsställa att betydelsefullt textinnehåll inte förbisågs. Författarna diskuterade gemensamt valda meningsenheter och fick upprepade gånger gemensamt läsa artiklarnas resultat för att identifiera fler meningsenheter som var relevanta för att besvara syftet. Kondensering av meningsenheter innebär att författarna gjorde texten kortare och mer lättarbetad samtidigt som betydande innehåll inte fick utelämnas. Författarna kondenserade de första meningsenheterna gemensamt därefter fördelades arbetet och författarna kondenserade hälften av meningsenheterna var för att effektivisera arbetet. Därefter genomfördes följande steg i analysprocessen gemensamt för att ge utrymme för en kontinuerlig diskussion. Den kondenserade texten tilldelades koder som kortfattat beskriver meningsenheternas innehåll. Författarna fick upprepade gånger koda om den kondenserade texten då några koder inte ansågs vara relevanta för syftet med litteraturöversikten. Koderna grupperades för att urskilja kategorier utifrån de koder som har en liknande innebörd och betydelse. Författarna diskuterade koderna gemensamt för att kunna urskilja kategorierna. Diskussion av kategorier gjordes även med stöd av handledare tills enighet hade uppnåtts. Avslutningsvis formulerade författarna teman som syftade till att förmedla budskapet i kategorierna. Författarna beaktade även kodernas innehåll vid tematiseringen (Lundman & Hällgren Graneheim, 2017). Författarna hade litteraturöversiktens syfte i beaktande under alla steg i analysprocessen. Ett exempel från analysprocessen åskådliggörs i Tabell 1. Numrering av artiklarna från Tabell 3 kommer att användas för att presentera resultatet.

**Tabell 1.** Exempel för att åskådliggöra analysprocessen.

<i>Meningsbärande enhet</i>	<i>Kondensering</i>	<i>Reflektionskod</i>	<i>Kategorier</i>	<i>Tema</i>
The exploration and subsequent insights gained helped writers to discover and develop their own voice... To communicate personal truths and feel 'heard': 'I have found out more about myself and I've found out ... the [others] have similar difficulties to myself'.	Utveckla förmågan att kommunicera personliga sanningar och känna sig hörd gav möjligheten att lära om sig själv och förstå att andra har liknande svårigheter.	Förmedla tankar och känslor  Självisikt  Tillhörighet	Kommunikation  Personlig utveckling  Gruppens stöd	Kontext  Individen och hälsan  Kontext

## Forskningsetiska avvägningar

Enligt Kristensson (2014) finns det inga krav på att litteraturöversikten behöver genomgå en formell etisk prövning då examensarbetet genomförs inom ramen för högskoleutbildning på grundläggande nivå. Men författarna behövde likväl ta hänsyn till forskningsetiska frågeställningar som berör de vetenskapliga artiklarna som användes till litteraturöversikten. Författarna utförde därför en granskning av de vetenskapliga artiklarna som skulle ingå i litteraturöversikten för att ta ställning till om studierna var etiskt försvarbara. Elva av de inkluderade studierna hade formellt etiskt tillstånd. En studie (Griffiths & Corr, 2007) utan etiskt tillstånd inkluderades då den ingick i en större studie (Griffiths, 2008) som hade blivit etiskt prövad och godkänd. Författarna ansåg således att den var etiskt försvarbar.

## Resultat

Innehållsanalysen resulterade i tre övergripande teman; kontext, görandet samt individen och hälsan med sina tillhörande kategorier; gruppens stöd, kommunikation, arbetsterapeuten, aktivitetsutförande, aktivitetsmönster, personlig utveckling och personlig mening se Tabell 2.

Numrering av artiklarna från Tabell 3 kommer att användas för att presentera resultatet och står i parentes.

Citaten under varje kategori är översatta av författarna till denna litteraturöversikt. Utsagorna är beskrivna av både patienter och arbetsterapeuter som observerat deltagare i studierna.

**Tabell 2.** *Temat med tillhörande kategorier.*

<i>Kontext</i>	<i>Görandet</i>	<i>Individen och Hälsan</i>
Gruppens stöd	Aktivitetsutförande	Personlig utveckling
Kommunikation	Aktivitetsmönster	Personlig mening
Arbetsterapeuten		

### **Kontext**

I temat kontext framkommer det att arbetsterapeuten och gruppdeltagarnas roll samt den kommunikation som sker i anslutning till de kreativa aktiviteterna bidrar till betydelsefulla erfarenheter hos deltagarna.

#### *Gruppens stöd*

Det sociala stödet från gruppen upplevdes som betydelsefullt då det gav en känsla av tillhörighet och gemenskap (1–3, 6, 12). Kreativa aktiviteter som intervention bidrog till att deltagarna kunde dela sina erfarenheter och svårigheter med andra i liknande situation vilket ledde till känsla av gemenskap och att inte känna sig ensam (1, 2, 12), det uttrycktes av en deltagare som:

*“Hon betonade värdet av att vara i en grupp med andra som hade liknande svårigheter som förstod varandra” (Artikel 2, s. 211).*

Deltagarna i gruppen kände sig accepterade och vågade vara sig själva eftersom alla var där av samma anledning (1, 2, 12). Förståelse från andra med liknande erfarenheter var ett stöd för att gå vidare i sin återhämtning (2, 6). En deltagare förmedlade att:

*“Jag vet att stödet jag får här är konkret och det är precis vad jag behöver för att klara av livet ” (Artikel 6, s. 149).*

Deltagarna upplevde att stödet från de andra i gruppen bidrog till att de kunde lösgöra sig från de begränsningar som den psykiska ohälsan hade medfört. Samhörigheten i gruppen fick deltagarna att känna sig socialt inkluderade (3, 6).

### *Kommunikation*

Genom kreativa aktiviteter kunde känslor och tankar lättare förmedlas till omgivningen både genom verbal och icke-verbal kommunikation (1–5, 7, 10, 12), där en deltagare uttryckte att de kreativa aktiviteterna:

*“Kan bryta in i andra delar av personligheten som inte kan nås genom att tala” (Artikel 12, s. 56).*

Kreativa aktiviteter som intervention möjliggjorde för deltagarna att komma i kontakt med sina inre känslor och kommunicera dessa genom sitt skapande (1–5, 10) vilket återgavs av en deltagare:

*“Läkemedel och samtal med terapeuten var bra men det var genom konsten som man kunde komma i kontakt med sina känslor och uttrycka dem” (Artikel 5, s. 235).*

Produkten som skapades i de kreativa aktiviteterna gav mer djup i deltagarnas berättelser vilket gjorde att de inte behövde använda sig av lika mycket verbal kommunikation för att göra sig förstådda (5, 7).

### *Arbetsterapeuten*

Arbetsterapeutens roll upplevdes som en betydande del av interventionen (1, 4, 5, 7, 11). En kvantitativ studie visade att det fanns ett samband mellan en god terapeutisk allians och upplevelsen av att vara nöjd med interventionen (11). Det var betydelsefullt för deltagarna att arbetsterapeuten var en aktiv lyssnare och bekräftade deltagarna under interventionen.

God yrkeskompetens bidrog till att deltagarna kände förtroende för arbetsterapeuten och öppnade upp sig mer vilket främjade rehabiliteringen (4, 7), en deltagare beskrev arbetsterapeutens skicklighet under interventionen så här:

*“Hon fångade upp saker... Hon såg... Ibland undrade jag, vad i hela världen är detta, men hon ställde ändå ett antal frågor och kunde förstå. Hon lyckades att få ur mig det som jag hade försökt uttrycka”* (Artikel 4, s. 205).

Det framkom även att arbetsterapeutens egen livserfarenhet och självkänedom var viktig eftersom deltagarnas livsberättelser kunde framkalla starka känslor (7).

## **Görandet**

Detta tema utgörs av kategorierna som omfattar görande där det finns en personlig koppling till aktiviteten. Temat belyser att deltagarnas upplevelse och erfarenhet är att det är betydelsefullt att göra aktiviteter men även att görandet skapar nya aktivitetsmönster i vardagen.

### *Aktivitetsutförande*

Resultatet visade att i görandet var det viktigt för deltagarna att slutföra en produkt i de kreativa aktiviteterna då det gav en upplevelse av att vara värdefull och göra nytta (3, 6, 12). Genom att få ett konkret värde av slutprodukten kände deltagarna att de utfört något produktivt under dagen (1, 6, 12) vilket beskrevs av arbetsterapeut som observerat en deltagare:

*“Att göra produkterna självständigt verkade berättiga hennes upplevelse av att fortfarande vara kapabel att skapa hantverk och utföra meningsfulla aktiviteter”* (Artikel 6, s. 148).

När livet upplevdes kaotiskt var det en räddning att skapa något, känslan av att ha en kreativ aktivitet att sysselsätta sig med bidrog till att skingra destruktiva tankar (6, 12). En studie visade att deltagarnas tillfredsställelse med aktivitetsutförandet förbättrades efter att ha deltagit i en intervention där kreativa aktiviteter användes som behandlingsmetod (9).



### *Aktivitetsmönster*

De kreativa aktiviteterna som intervention bidrog till att deltagarna förändrade sin vardag och införde mer vardagliga aktiviteter men även att några deltagare kunde se möjligheter för återgång i arbete (2, 4, 5, 6). En arbetsterapeut beskrev en deltagares förändring av aktivitetsmönstret så här:

*“Han hade ökat antalet aktiviteter under sin vecka och sa att han strävade efter en anställning”* (Artikel 2, s. 206).

Deltagandet i kreativa aktiviteter som intervention var en motivation för att gå upp på morgonen och starta dagen. Det upplevdes värdefullt att ha en rutin och gav deltagarna en sysselsättning vilket hjälpte till att strukturera tiden (2–6, 8, 11, 12), vilket beskrevs av en deltagare:

*“Jag har mer planer än jag hade tidigare, och mitt vardagsliv är mer aktivt”* (Artikel 4, s. 204).

Majoriteten av studierna visade att kreativa aktiviteter bidrog till att skapa en daglig rutin och struktur vilket ledde till att deltagarna förändrade sitt aktivitetsmönster (2–6, 8, 11, 12).

### **Individen och hälsan**

Detta tema utgörs av personliga erfarenheter och upplevelser av kreativa aktiviteter som intervention och hur dessa påverkar hälsa och välbefinnande hos individen.

#### *Personlig utveckling*

Resultatet visade att kreativa aktiviteter som intervention gav deltagarna en djupare förståelse och insikt kring sina känslor, tankar och sitt beteende (1–4, 7). Deltagarna i intervention upplevde att skapandet i de kreativa aktiviteterna var en process för att upptäcka sig själv och delar av det undermedvetna (2, 12). Kreativa aktiviteter bidrog även till att få nya perspektiv på tillvaron och gav en möjlighet att reflektera över händelser i livet vilket motiverade till förändring (1, 3–7, 10, 12), vilket uttrycktes av en deltagare som:

*“Det känns som om jag känner mig själv mycket bättre nu så att jag kan uppnå mina mål”*

(Artikel 1, s. 190).

Kreativa aktiviteter som intervention bidrog till att deltagarna kunde hantera sin sjukdom och livssituation bättre genom att få en ökad känsla av kontroll (3–8, 10, 12). I flertalet studier hjälpte de kreativa aktiviteterna deltagarna att stärka den egna identiteten och självbilden (1, 3–6, 10, 12). Kreativa aktiviteter var en process som ledde till att deltagarna slutade identifiera sig med sjukdomen vilket bidrog till förbättrad psykisk hälsa (3, 6), vilket en arbetsterapeut beskrev som:

*“Deltagarna kände att skapandet av konst bidrog till att de kom till insikt med att sjukdomen var en hanterbar del av deras liv och inte nödvändigtvis tog över deras personlighet”* (Artikel

3, s. 212).

Kreativa aktiviteter som intervention hade även en positiv inverkan på deltagarnas sociala kompetens, förmåga att lösa problem och att kunna samarbeta (6).

### *Personlig mening*

Flera av studierna belyste att de kreativa aktiviteterna inte bara kändes meningsfulla under utförandet utan bidrog till positiva känslor och upplevelser kring hela livssituationen (1, 3, 6, 8, 9, 10, 12). Det var en läkande process att utföra kreativa aktiviteter då viktiga livstema kunde identifieras som främjade deltagarnas återhämtning (4, 5). Ur ett existentiellt perspektiv upplevde deltagarna att livet och den fortsatta vardagen efter interventionen fick mer mening och syfte (1, 3, 12) vilket återgavs av en arbetsterapeut som:

*“Skapandet av konst verkade bidra till en spirituellt tillfredsställelse genom att ge mening och syfte samt var ett sätt att kunna relatera till en högre makt”* (Artikel 3, s. 210).

De kreativa aktiviteterna bidrog till en ökad känsla av sammanhang vilket gav deltagarna mer livskvalitet (3, 8). Deltagarna upplevde att kreativa aktiviteter bidrog till att skingra negativa tankar genom att fokusera på något annat (6, 12) vilket uttrycktes av en deltagare:

*“Mitt sinne blir upptaget genom att sätta ihop färger och mönster”* (Artikel 6, s. 148).

När deltagarna provade en ny kreativ aktivitet kunde det upplevas både intressant vilket kunde ge känslor av lustfylldhet (6, 10). Resultatet visade att under skapandeprocessen i de kreativa aktiviteterna återfanns även upplevelser kopplade till glädje och avslappning vilket resulterade i en mer meningsfull vardag både under och efter interventionen (6, 12).

## Diskussion

### Resultatdiskussion

Syftet med litteraturöversikten var att beskriva patienters erfarenheter och upplevda betydelse av kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention gällande vuxna personer med psykisk ohälsa. Resultatet visade att kreativa aktiviteter som intervention kan bidra till att främja hälsa och välbefinnande hos denna patientgrupp utifrån samtliga tre tema: kontext, görandet samt individen och hälsan.

Resultatet visade att gruppens stöd var betydelsefullt i de kreativa aktiviteter där interventionen var gruppbaserad. Gruppens stöd främjade en ökad känsla av gemenskap och tillhörighet där sammanhållningen i gruppen bidrog till trygghet när erfarenheter kunde delas med personer i en liknande livssituation. Enligt Winther Hansen et al. (2021) främjar gruppbaserade kreativa aktiviteter som intervention relationer mellan deltagare och deras stöd där de kreativa aktiviteterna uppmuntrar deltagare att dela erfarenheter, glädje, idéer och att lära av varandra.

Studierna med gruppbaserade kreativa aktiviteter som intervention visade att gruppen gav stöd i det sociala sammanhanget vilket även kunde bidra till känna sig accepterad av gruppen under interventionen. Resultatet av denna litteraturöversikt indikerar även att gruppbaserade kreativa aktiviteter var ett värdefullt sätt att få social kontakt med andra och känna sig socialt inkluderad igen vilket minskade känslan av ensamhet. Då människan har ett grundläggande behov av känslomässig trygghet och att inte känna sig ensam kan gruppbaserade kreativa aktiviteter som intervention möjliggöra att deltagarna får behoven av trygghet och social tillhörighet tillfredsställda vilket kan bidra till återhämtning (Jansson & Gunnarsson, 2010; Lund et al., 2019). Gruppens betydelse är således en viktig aspekt som bör beaktas vid utformning av arbetsterapeutiska interventioner inom psykiatrisk vård (Lund et al., 2019).

Resultatet visade att kreativa aktiviteter som intervention bidrar till att främja både verbal och icke-verbal kommunikation hos personer med psykisk ohälsa. Flera av studierna belyste även att deltagarna fick lättare att kommunicera sina inre känslor och tankar. Winther Hansen et al. (2021) menar att kreativa aktiviteter ofta används som ett medel för kommunikation där personen får en möjlighet att kunna uttrycka sig själv och känslor som kan vara svåra att sätta ord på. Den icke-verbala kommunikationen som kan förmedlas genom kreativa aktiviteter som intervention beskrivs av Gostoli et al. (2017) och Leufstadius et al. (2010) som ett verktyg som kan ge mer djup i deltagarnas berättelser trots att de använder sig av färre ord. Då människan alltid har varit en kreativ varelse har kommunikation genom kreativa aktiviteter historiskt sett gett mening till både den som skapar och den som tar del av verket vilket ger ett starkt socialt och kulturellt värde (Winther Hansen & Morville, 2016). Flera av studierna visade att kreativa aktiviteter som intervention bidrar till en möjlighet att berätta om personliga upplevelser och erfarenheter genom produkterna som skapas på andra sätt än genom ord. Leufstadius et al. (2010) menar att när personer får en möjlighet att använda kreativa aktiviteter som ett medel för kommunikation kan det bidra till att personen lär känna sig själv, sina känslor och värderingar bättre. Enligt Peruzza och Kinsella (2010) möjliggör kreativa aktiviteter inte bara ett tillfälle att uttrycka sig om sin diagnos utan även om sina förhoppningar och drömmar. De kreativa aktiviteterna ger även möjlighet att utforska sig själv i relation till andra vilket i sin tur kan ge en läkande effekt (Leufstadius et al., 2010).

Resultatet visade att görandet i de kreativa aktiviteterna bidrog till känslan av att känna sig produktiv och göra nytta. Interventionerna gav deltagarna en möjlighet att få ett konkret värde genom produkterna som skapats i de kreativa aktiviteterna. Forskning har visat att personer med psykisk sjukdom kan dra nytta av att utföra aktiviteter som ger ett påtagligt och konkret värde då det ger en omedelbar tillfredsställelse (Eklund et al., 2010).

I resultatet framkom det att kreativa aktiviteter var en intervention som kunde leda till en ökning av antalet aktiviteter i vardagen vilket bidrog till att skapa nya rutiner och vanor. Interventionerna gav en möjlighet att strukturera tiden vilket främjade ett mer balanserat aktivitetsmönster. Resultatet är i linje med tidigare forskning som har visat att kreativa aktiviteter som intervention kan hjälpa personer att bygga upp en ny tidsstruktur och skapa rutiner i vardagen (Winther Hansen et al., 2021). Ett balanserat aktivitetsmönster beskrivs utifrån arbetsterapeutisk teori som en viktig komponent för upplevelsen av hälsa och välbefinnande (Eklund et al., 2017; Erlandsson & Persson, 2020).

Att använda kreativa aktiviteter som intervention kan utifrån resultatet bidra till en personlig utveckling där ökad självinsikt skapar nya tankesätt och perspektiv som ger distans till sjukdomen. Tidigare forskning har visat att kreativa aktiviteter kan hjälpa personer att acceptera sin sjukdom och förvandla negativa känslor och händelser till mer positiva tolkningar (Perruzza & Kinsella, 2010). Resultatet visade att kreativa aktiviteter som intervention bidrog till personlig utveckling genom ökad kompetens i sociala sammanhang, bättre problemlösnings- och samarbetsförmåga. Resultatet är i linje med tidigare forskning som beskriver att kreativa aktiviteter som intervention kan påverka den kognitiva förmågan positivt genom att öka fokus och koncentration (Winther Hansen et al., 2021). Även Winther Hansen och Morville (2016) menar att känslan av att vara kompetent bidrar till ett ökat egenvärde och en förstärkt tro på sig själv genom att använda sina färdigheter för att utvecklas i nya aktiviteter. Resultatet visade även att kreativa aktiviteter gav deltagarna en personlig mening genom att positiva känslor och spirituella upplevelser kopplades till interventionen. De kreativa aktiviteterna kunde även bli ett intresse vilket bidrog till att känna glädje kring det som skapades under interventionen. För att uppleva välbefinnande är det betydelsefullt att vardagen innehåller kravlösa aktiviteter som ger personen glädje och mening (Erlandsson & Persson, 2020; Wilcock & Hocking, 2015).

Vidare framkom det i resultatet att de kreativa aktiviteterna som intervention inte bara kändes meningsfulla under utförandet utan kunde påverka hela livssituationen positivt genom att ge vardagen mer mening och syfte. Resultatet är i linje med tidigare forskning som har visat att engagemang i kreativa aktiviteter bidrar med meningsskapande processer och en känsla av syfte (Perruzza & Kinsella, 2010; Winther Hansen et al., 2021).

## **Metoddiskussion**

Författarna genomförde en integrativ litteraturoversikt där dataanalysen genomfördes med en manifest innehållsanalys. Vid en integrativ litteraturoversikt väljs data utifrån syftet för att kunna utföra en syntetiserande sammanställning av de inkluderade artiklarnas resultat. Författarna strävade efter att sammanställa befintliga vetenskapliga artiklar inom området psykisk ohälsa, arbetsterapi och interventioner där kreativa aktiviteter användes. Författarna valde att använda databaserna Cinahl, PubMed och PsycInfo vid litteratursökningen. Valet av databaser ansågs vara en styrka då dessa är relevanta för valt ämnesområde då de innehåller omvårdnadsvetenskap, arbetsterapi, rehabilitering och psykologi. Men forskningen inom

området visade sig vara begränsad då majoriteten av de 915 artiklarna fick exkluderas eftersom de innehöll demenssjukdom eller omfattade psykoterapi i stället för arbetsterapi. Däremot kan författarnas sökstrategi med valda sökord ifrågasättas då det kan ha påverkat antalet relevanta artiklar som framkom vid fritextsökningen i databaserna. Enligt Kristensson (2014) är risken med en fritextsökning att antalet irrelevanta träffar ökar. Sökstrategin kan således påverka tillförlitligheten i litteraturöversikten då det kan finnas brister i författarnas urval och datainsamlingsprocedur (Kristensson, 2014). Val av andra sökord och en mer systematisk sökstrategi skulle möjligen kunna resultera i fler antal relevanta träffar. Förslagsvis kunde författarna använt fler relevanta sökord använts såsom rehabilitation, mental health, recovery, arts, crafts och intervention. Det begränsade urvalet gjorde att författarna fick inkludera artiklar från 14 år tillbaka vilket och tillämpa en sekundärsökning för att få tillräckligt många artiklar till litteraturöversikten. Författarnas sekundärsökning kan dock anses som en styrka då Östlundh (2017) beskriver att detta är en effektiv strategi för att för att inte gå miste om relevant litteratur. Författarna läste samtliga artiklar separat för att skapa sig en individuell förståelse av artiklarnas huvudinnehåll för att inte analysen skulle baseras på hur en person analyserar materialet. Efter läsning av artiklarna diskuterade författarna samtliga artiklar gemensamt. Författarna ansåg att det var en styrka med separat läsning med efterföljande diskussion då Kristensson (2014) beskriver att triangulering som innebär att två eller flera personer analyserar samma material stärker resultatets tillförlitlighet. Sex av de inkluderade artiklarna var studier utförda i Sverige, de omfattade dessutom en och samma intervention, *Tree Theme Method*®. Grundaren av denna intervention var även författaren i samtliga av dessa artiklar. Det kan ifrågasättas om resultatet i dessa studier vinklas utifrån författarens egna erfarenheter och intressen. Då författarnas resultat av denna litteraturöversikt baseras på sex artiklar med samma intervention kan det påverka tillförlitligheten då även resultatet i denna litteraturöversikt riskerar att bli vinklat. För att få ett bredare perspektiv på hur kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention främjar hälsa hade författarna önskat att urvalet av artiklar innehöll en större variation av olika kreativa aktiviteter som intervention för att få ett mer omfångsrikt datamaterial. Kristensson (2014) menar att ett varierat urval och ett omfångsrikt datamaterial är av betydelse för att stärka resultatets tillförlitlighet. Studierna innehöll både gruppbaseade och individuella interventioner vilket ger ett bredare perspektiv av vilken betydelse de kreativa aktiviteterna som intervention har. Både kvalitativa och kvantitativa artiklar ingick i litteraturöversikten vilket betraktas vara en styrka då författarna kunde ta del av all befintlig forskning inom området (Friberg, 2017a). Enligt Kristensson (2014) är fördelen med kvalitativ forskning att

det ger information om deltagarnas subjektiva upplevelser och erfarenheter, vilket stämmer bra överens med litteraturöversiktens syfte. Fördelen med att inkludera kvantitativ forskning är att studierna kan visa vilken effekt interventionen har genom jämförelser och mätningar (Segesten, 2017b). Tre kvantitativa artiklar och två med mixad metod ingick i litteraturöversikten men kvantitativa data gav inte författarna lika mycket material att analysera, endast resultatbeskrivningar från författarna i text, vilket enligt kan påverka resultatets tillförlitlighet. Majoriteten av resultatet representeras av de kvalitativa artiklarna och enligt Kristensson (2014) handlar trovärdighet om hur väl resultatet återspeglar det material som samlats in. Då författarna strävade efter att hitta likheter och mönster i studiernas resultat försvårades analysprocessen då det är stora skillnader mellan kvantitativ och kvalitativ forskning. Författarna upplevde att det var svårare att tolka tabeller och siffror i de kvantitativa artiklarnas resultat och jämföra det med det kvalitativa materialet som var i textform. Svårigheter i att analysera det kvantitativa materialet kan bero på bristande metodologiska kunskaper hos författarna.

Enligt Kristensson (2014) handlar tillförlitlighet om sanningshalten i resultatet, att det är baserat på insamlade data och inte författarnas egna åsikter. Därför valde författarna att genomföra kodning, kategorisering och tematisering gemensamt under analysprocessen vilket gav författarna en möjlighet att ha ett nära samarbete och en kontinuerlig diskussion. Författarna ansåg att det stärkte tillförlitligheten i resultatet då analysen inte färgas av en enskild persons tolkning. Tillförlitlighet handlar även om att redogöra datainsamlingen och analysen noggrant för att göra det transparent för läsaren. Därför har författarna systematiskt redovisat alla utförda steg under metoden. Författarna åskådliggjorde ett exempel ur analysen vilket ytterligare stärker resultatets tillförlitlighet. Verifierbarheten har dessutom styrkts med citat från studierna för att förtydliga resultatets innebörd vilket ökar trovärdigheten (Kristensson, 2014). Citaten i resultatet är översatta från engelska till svenska av författarna vilket kan innebära att det föreligger en viss risk för felöversättning.

En kvalitativ metod i form av en intervjustudie hade kunnat användas som alternativ för att besvara syftet (Kristensson, 2014; Friberg, 2017b). Kvalitativ forskning syftar till att skapa en djupare förståelse för ett visst fenomen genom att undersöka upplevelser där datainsamlingen sker i deltagarnas naturliga miljö (Kristensson, 2014). Sammanfattningsvis anser författarna att en integrativ litteraturöversikt var det mest lämpliga alternativet för att kunna sammanställa det befintliga kunskapsläget av både kvalitativa och kvantitativa artiklar utifrån

syftet. Författarna ansåg att det var en styrka att kvalitetsgranska de artiklar som inkluderades i resultatet då samtliga artiklars evidensnivå bedömdes vara tillräckligt god för att ingå i denna litteraturöversikt. Vid en framtida litteraturöversikt kommer författarna att utforma en mer systematisk sökstrategi för att säkerhetsställa att inga relevanta artiklar faller bort och för att kunna få ett mer omfattande datamaterial.

### **Slutsats och kliniska implikationer**

Resultatet av litteraturöversikten visade att kreativa aktiviteter som intervention kan bidra med flera hälsofrämjande aspekter under rehabiliteringsprocessen vid psykisk ohälsa. Sjukvården ställer i dagsläget allt högre krav på att de insatser som erbjuds ska vara evidensbaserade vilket även innebär att arbetsterapeuter är i behov av att motivera sina interventioner (Erlandsson & Persson, 2020). Resultatet visade att personer med psykisk ohälsa kan dra nytta av att utföra kreativa aktiviteter både individuellt och i grupp. Kreativa aktiviteter som intervention kan bidra till att lättare kunna förmedla känslor och ge en ökad självinsikt. Kreativa aktiviteter kan hjälpa personer med psykisk ohälsa att skapa vanor, rutiner och struktur mellan olika aktiviteter vilket bidrar till ett mer balanserat aktivitetsmönster. Resultatet visade även att de kreativa aktiviteterna upplevdes som meningsfulla och kunde även skapa mening i andra sammanhang. Författarna har genom att syntetisera resultat utifrån kvantitativ och kvalitativ forskning med god evidensnivå bidragit till att skapa en ny helhet som är i enlighet med tidigare forskning. Författarna anser att denna kunskap kan vara till nytta för arbetsterapeuter som använder kreativa aktiviteter som intervention då resultatet förstärker tidigare forskning inom området. Författarna rekommenderar att vidare forskning behövs för att ytterligare öka kunskapen och stärka evidensen om hur kreativa aktiviteter som arbetsterapeutisk intervention bidrar till att främja hälsa och välbefinnande för personer med psykisk ohälsa både individuellt och i grupp.



## Referenser

Argentzell, E., & Leufstadius, C. (2010). Teoretiska grunder inom psykosocial arbetsterapi. I M. Eklund, B. Gunnarsson, & C. Leufstadius (Red.), *Aktivitet och relation- mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (s. 41–71). Studentlitteratur.

Bejerholm, U. (2010). Aktivitetsengagemang. I M. Eklund, B. Gunnarsson, & C. Leufstadius (Red.), *Aktivitet och relation- mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (s. 131–151). Studentlitteratur.

Bejerholm, U., & Eklund, M. (2014). Vardagen för personer med psykisk funktionsnedsättning. I D. Bunt & L. Hansson (Red.), *Att leva med psykisk funktionsnedsättning – livssituation och effektiva vård- och stödinsatser* (2 uppl., s. 151–196). Studentlitteratur.

Berberian, M., Walker, M. S., & Kaimal, G. (2019). 'Master my demons': art therapy montage paintings by active-duty military service members with traumatic brain injury and post-traumatic stress. *Medical Humanities*, 45(4), 353–360. <http://dx.doi.org/10.1136/medhum-2018-011493>

Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. Jossey-Bass.

\*Coles, A., & Elliott, T. (2020). From reflection to action: a case study of an art psychotherapy group which drew on occupational therapy perspectives. *Mental Health Review Journal*, 25(3), 197-213. <https://www-emerald-com.ludwig.lub.lu.se/insight/content/doi/10.1108/MHRJ-02-2020-0012/full/html>

\*Cooper P. (2013). Writing for depression in health care. *British Journal of Occupational Therapy*, 76(4), 186-193. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.4276/030802213X13651610908452>

D'Amico, M. L., Jaffe, L. E., & Gardner, J. A. (2018). Evidence for interventions to improve and maintain occupational performance and participation for people with serious mental illness: A systematic review. *American Journal of Occupational Therapy*, 72(5), 1–11. <https://doi.org/10.5014/ajot.2018.033332>

Eklund, M. (2010). Aktivitet, hälsa och välbefinnande. I M. Eklund., B. Gunnarsson., & C. Leufstadius. (Red.), *Aktivitet och relation- mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (s. 19–35). Studentlitteratur

Eklund, M., Erlandsson, L.-K., & Leufstadius, C. (2010). Time use in relation to valued and satisfying occupations among people with persistent mental illness: Exploring occupational balance. *Journal of Occupational Science*, 17(4), 231-238.

<http://dx.doi.org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/14427591.2010.9686700>

Erlandsson, L.-K., Eklund, M., & Persson, D. (2011). Occupational value and relationships to meaning and health: Elaborations of the ValMO-model. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 18(1), 72–80. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.3109/11038121003671619>

Eklund, M., Orban, K., Argentzell, E., Bejerholm, U., Tjörnstrand, C., Erlandsson, L.-K., & Håkansson, C. (2017). The linkage between patterns of daily occupations and occupational balance: Applications within occupational science and occupational therapy practice.

*Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 24(1), 41-56. doi:

10.1080/11038128.2016.1224271

Erlandsson, L.- K., & Persson, D. (2020). *ValMO-modellen - Arbetsterapi för hälsa genom görande*. Studentlitteratur.

Folkhälsomyndigheten. (19 april 2021a). *Regeringens strategi inom området psykisk hälsa 2016–2020 – Fem fokusområden fem år framåt*. <https://docplayer.se/41324737-Fem-fokusomraden-fem-ar-framat.html>

Folkhälsomyndigheten. (11 mars 2021b). *Vad är psykisk hälsa?*

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vad-ar-psykisk-halsa/>

Friberg, F. (2017a). Att göra en litteraturöversikt. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (3 uppl., s. 129–139). Studentlitteratur.

Friberg, F. (2017b). Att bidra till evidensbaserad omvårdnad med grund i analys av kvalitativ forskning. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (3 uppl., s. 129–139). Studentlitteratur.

Gamborg, G. (2016). Kreativitet är svårt för alla. I G. Gamborg, J. Madsen & B. Winther Hansen (Red), *Kreativitet i arbetsterapi* (s. 23–5). (A. Erlandsson, Övers.). Studentlitteratur. (Originalutgåvan publicerad 2013)

Gostoli, S., Cerini, V., Piolanti, A., & Rafanelli, C. (2017). Creativity, bipolar disorder vulnerability and psychological well-being: A Preliminary Study. *Creativity Research Journal*, 29(1), 63–70. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/10400419.2017.1263511>

\*Griffiths, S., & Corr, S. (2007). The use of creative activities with people with mental health problems: A survey of occupational therapists. *British Journal of Occupational Therapy*, 70(3), 107-114. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1177/030802260707000303>

\*Griffiths, S. (2008). The experience of creative activity as a treatment medium. *Journal of Mental Health*, 17(1), 49-63. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/09638230701506242>

Gunnarsson, B. (2016). Tree Theme Method® - en kreativ metod. I G. Gamborg, J. Madsen & B. Winther Hansen (Red.), *Kreativitet i arbetsterapi* (s. 91–111) (A. Erlandsson, Övers.). Studentlitteratur. (Originalutgåvan publicerad 2013)

\*Gunnarsson, A. B., & Björklund, A. (2013). Sustainable enhancement in clients who perceive the Tree Theme Method® as a positive intervention in psychosocial occupational therapy. *Australian Occupational Therapy Journal*, 60(3), 154-160. <https://doi.org/10.1111/1440-1630.12034>

\*Gunnarsson, A. B., & Eklund, M. (2009). The Tree Theme Method as an intervention in psychosocial occupational therapy: Client acceptability and outcomes. *Australian Occupational Therapy Journal*, 56(3), 167–176. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/j.1440-1630.2008.00738.x>

\*Gunnarsson, A. B., Jansson, J., & Eklund, M. (2006). The Tree Theme Method in psychosocial occupational therapy: A case study. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 13(4), 229-240. <https://doi.org/10.1080/11038120600772908>

\*Gunnarsson, A. B., Jansson, J.-Å., Petersson, K., & Eklund, M. (2011). Occupational therapists' perception of the Tree Theme Method™ as an intervention in psychosocial

occupational therapy. *Occupational Therapy in Mental Health*, 27(1), 36-49.

<https://doi.org/10.1080/0164212X.2011.543630>

\*Gunnarsson, A. B., Peterson, K., Leufstadius, C., Jansson, J.-Å., & Eklund, M. (2010). Client perceptions of the Tree Theme Method™: a structured intervention based on storytelling and creative activities. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 17(3), 200-208. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.3109/11038120903045366>

\*Gunnarsson, A. B., Wagman, P., Hedin, K., & Håkansson, C. (2018). Treatment of depression and/or anxiety – outcomes of a randomized controlled trial of the tree theme method® versus regular occupational therapy. *BMC Psychology*, 6(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s40359-018-0237-0>

Hocking, C. (2014). Contribution of occupation to health and well-being. In B. A. B. Schell, G. Gillen & M. E. Scaffa (Eds). *Willard and Spackman's occupational therapy*. (12th ed., p. 72-81). Lippincott Williams & Wilkins.

\*Horghagen, S., Fostvedt, B., & Alsaker, S. (2014). Craft activities in groups at meeting places: supporting mental health users' everyday occupations. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 21(2), 145-152. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.3109/11038128.2013.866691>

Håkansson, C., Dahlin-Ivanoff, S., & Sonn, U. (2006) Achieving balance in everyday life. *Journal of Occupational Science*, 13(1), 74-82. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/14427591.2006.9686572>

Jansson, J.-Å., & Gunnarsson, B. (2010). Motivations- och emotionspsykologi. I M. Eklund., B. Gunnarsson., & C. Leufstadius. (Red.), *Aktivitet och relation- mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (s. 100–119). Studentlitteratur.

Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. Natur och Kultur.

La Cour, K., Josephsson, S., & Luborsky, M. (2005). Creating connections to life during life-threatening illness: Creative activity experienced by elderly people and occupational

therapists. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 12(3), 98-109.

<https://doi.org/10.1080/11038120510030889>

Leufstadius, C., Gunnarsson, B., & Tjörnstrand, C. (2010). Skapande aktivitet. I M. Eklund, B. Gunnarsson, & C. Leufstadius (Red.), *Aktivitet och relation- mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (s. 218–245). Studentlitteratur.

\*Lloyd, C., Wong, S. R., & Petchkovsky, L. (2007). Art and recovery in mental health: a qualitative investigation. *British Journal of Occupational Therapy*, 70(5), 207-214.

<https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1177/030802260707000505>

Lund, K., Argentzell, E., Leufstadius, C., Tjörnstrand, C., & Eklund, M. (2019). Joining, belonging, and re-valuing: A process of meaning-making through group participation in a mental health lifestyle intervention. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 26(1), 55–68. <https://doi.org/10.1080/11038128.2017.1409266>

Lundman, B., & Hällgren Graneheim, U. (2017) Kvalitativ innehållsanalys. I B. Höglund Nielsen & M. Granskär (Red.), *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (3 uppl., s. 219–234). Studentlitteratur.

Meyer, A. (1922). The philosophy of occupation therapy. *Archives of Occupational Therapy*, 1(1), 1-10.

Müllersdorf, M., & Ivarsson, A.-B. (2012). Use of creative activities in occupational therapy practice in Sweden. *Occupational Therapy International*, 19(3), 127-34. doi: 10.1002/oti.1327.

Müllersdorf, M., & Ivarsson, A.-B. (2016). What, why, how - Creative Activities in occupational therapy practice in Sweden. *Occupational Therapy International*, 23(4), 369–378. <http://dx.doi.org.ludwig.lub.lu.se/10.1002/oti.1438>

OCEBM Levels of Evidence Working Group. (2021). *The Oxford 2011 Levels of Evidence 2*. <https://www.cebm.net/wp-content/uploads/2014/06/CEBM-Levels-of-Evidence-2.1.pdf>

Perruzza, N., & Kinsella, E. A. (2010). Creative arts occupations in therapeutic practice: a review of the literature. *British Journal of Occupational Therapy*, 73(6), 261-268. doi:

10.4276/030802210X12759925468943

Ramsey, R., & Swarbrick, P. (2014). Providing occupational therapy services for persons with psychiatric disabilities - Promoting recovery and wellness. In B. A. B. Schell, G. Gillen & M. E. Scaffa (Red.), *Willard and Spackman's occupational therapy*. (12 uppl., s. 936-945). Wolters Kluwer.

Schmid T (2004). Meanings of creativity within occupational therapy practice. *Australian Occupational Therapy Journal*, 51(2), 80–88. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/j.1440-1630.2004.00434.x>

Schmid, T. (2005). Promoting health through creativity: an introduction. In T. Schmid (Red.), *Promoting health through creativity* (s. 1-27). Whurr Publishers Ltd.

Segesten, K. (2017a). Att välja ämne och modell för sitt examensarbete. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (3 uppl., s. 105–108). Studentlitteratur.

Segesten, K. (2017b). Att bidra till evidensbaserad omvårdnad med grund i analys av kvantitativ forskning. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (3 uppl., s. 119–128). Lund: Studentlitteratur.

Socialstyrelsen. (april 2021). *Nationella riktlinjer för vård vid depression och ångestsyndrom - Stöd för styrning och ledning*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2021-4-7339.pdf>

Wilcock, A. A., & Hocking, C. (2015). *An occupational perspective of health* (3 uppl.). Slack Incorporated.

Winther Hansen, B., & Morville, A.-L. (2016). Kreativa aktiviteters rehabiliterande kraft. I G. Gamborg, J. Madsen & B. Winther Hansen (Red.), *Kreativitet i arbetsterapi* (s. 71–89) (A. Erlandsson, Övers.). Studentlitteratur. (Originalutgåvan publicerad 2013)

Winther Hansen, B., Erlandsson, L.-K., & Leufstadius, C. (2021). A concept analysis of creative activities as intervention in occupational therapy. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 28(1), 63-77. <https://doi.org/10.1080/11038128.2020.1775884>

Östlundh, L. (2017). Informationssökning. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (3 uppl., s. 59-82). Studentlitteratur.

\*Artiklar som ingår i litteraturoversikten.

**Tabell 3. Slutgiltigt urval av artiklar.**

Författare/år/titel	Syfte	Design/Metod	Urval	Resultat	Evidens Styrka
<p>1. Cooper P. (2013). Writing for Depression in Health Care. <i>British Journal of Occupational Therapy</i>,76(4),186-193.</p>	<p>Att förstå och klargöra hur kreativt skrivande, som en form av känslomässig upptäckt, fungerar med klienter med depression, med bristfällig identitet och låg självkänsla.</p>	<p>Kvalitativ metod. Två modeller av skrivande i grupp undersöks.  Frågeformulär, observation och intervju.  Storbritannien.  Using Writing as Therapy (UWaT) leddes av en arbetsterapeut en gång i veckan under sex veckor. Creative Writing (CW) leddes av en icke-terapeut och grupperna hölls löpande.</p>	<p>Inklusionskriterier var uttalade symtom på depression.  24 deltagare inkluderades.</p>	<p>UWaT möjliggjorde för deltagarna att få en ökad förståelse och insikt och genom att förmedla sin historia till andra. CW kunde bidra med kamratstöd och att kommunicera och uttrycka sina känslor genom skrift beroende på om deltagaren var en skicklig författare. Deltagarna i CW upplevde att omgivningen inte kändes lika trygg vid CW interventionen som deltagarna i UWaT.</p>	<p>4</p>
<p>2. Coles, A., &amp; Elliott, T. (2020). From reflection to action: a case study of an art psychotherapy group which drew on occupational therapy perspectives. <i>Mental Health Review Journal</i>, 25(3), 197–213.</p>	<p>Att beskriva deltagarnas upplevelser av en psykoterapeutisk konstgrupp med arbetsterapeutiska perspektiv för att hjälpa vuxna med svåra och långvariga psykiska svårigheter att komma vidare i sin återhämtning.</p>	<p>Mixad metod (kvalitativ och kvantitativ) och designad som en fallstudie där utfallsdata inkluderades.  Storbritannien  Analys av deltagandet, kliniska anteckningar, fotografier av deltagarnas konst, frågeformulär, diskussion, individuella samtal.  Konstgruppen hölls av en konstpsykoterapeut och arbetsterapeutassistent.</p>	<p>Deltagarna som rekryterades var klienter inom sekundär psykiatrisk vård med olika psykiatriska diagnoser. 10 deltagare rekryterades i ålder 35–64 år.</p>	<p>8 teman identifierades: “gemensam förståelse/att inte känna sig ensam”, “lära från andra”, “uttrycka sig genom konst är lättare än att tala”, “symboliserar jobbiga tankar och upplevelser”, “konst avslöjar undermedvetet material”, “konstillverkning som en aktiv process att gå vidare”, “bli mer kreativ/tänka annorlunda” och “konstillverkning som avslappning/inget rätt eller fel/mindfulness”. Deltagarnas upplevelser och utfallsdata indikerar att konstpsykoterapigruppen med arbetsterapeutiskt synsätt underlättar deras återhämtning. Majoriteten av deltagarna upplevde att gruppen var till stor hjälp och bidrog till att de kunde nå sina personliga mål.</p>	<p>4</p>



<p>3. Lloyd, C., Wong, S. R., &amp; Petchkovsky, L. (2007). Art and recovery in mental health: a qualitative investigation. <i>British Journal of Occupational Therapy</i>, 70(5), 207–214.</p>	<p>Att undersöka på vilka sätt deltagandet i ett lokalt australiensiskt konstprogram bidrog till återhämtningsprocessen samt att öka förståelsen om inre återhämtning, som fokuserar på personlig tillfredsställelse och mening.</p>	<p>Kvalitativ metod. Semistrukturerade intervjuer med fokus på konst och återhämtning.  Australien  Intervjuerna utfördes av psykiater och arbetsterapeut. Intervjumaterialet spelades in samt att antecknades under och efter intervjuerna, diskussion fördes mellan intervjuerna kring vad som observerats.</p>	<p>Individer med längre än ett års erfarenhet i konstprogrammet efterfrågades och de första 8–10 som samtycke till studien skulle rekryteras. 8 deltagare inkluderades med ett åldersspann på 20–59 år. Samtliga deltagare hade en psykiatrisk diagnos.</p>	<p>Fem huvudteman och 15 subteman identifierades. De fem huvudtemana omfattade; "uttryck", "självupptäckt", "andlighet", "egenmakt" och "att bekräfta sig själv". Dessa teman delades upp i två huvudelement; "konst som medel" och "inre förhållande". Deltagarna upplevde att konsten gav dem en känsla av värde och mening.</p>	<p>3</p>
<p>4. Gunnarsson, A. B., Peterson, K., Leufstadius, C., Jansson, J.-Å., &amp; Eklund, M. (2010). Client perceptions of the Tree Theme Method™ (TTM) intervention och deras uppfattning om den terapeutiska alliansen. <i>Scandinavian Journal of Occupational Therapy</i>, 17(3), 200–208.</p>	<p>Att undersöka klienters upplevelse av att delta i en Tree Theme Method™ (TTM) intervention och deras uppfattning om den terapeutiska alliansen.</p>	<p>Kvalitativ metod.  Intervjuer i dialogform vid ett tillfälle á en timme med varje deltagare. Intervjuerna utfördes av två erfarna arbetsterapeuter som uppmuntrade deltagarna att berätta om tankar och känslor relaterade till TTM samt att beskriva relationen till terapeuten.  Interventionen omfattar målning av träd som symbol för livssituation och livsberättelse.  Data analyserades genom en kvalitativ innehållsanalys.  Sverige.</p>	<p>Inklusionskriterier: ålder 18–65 år, hade någon av diagnoserna; personlighetsstörning, affektivt syndrom, ångest/tvångssyndrom eller ätstörning, var patienter i öppenvården som bedömdes vara i behov av arbetsterapi.  Deltagarna rekryterades kontinuerligt efter att ha deltagit i en TTM intervention. 22 deltagare inkluderades men det slutgiltiga urvalet bestod av 20 deltagare.</p>	<p>En övergripande kategori verkade fånga helheten av deltagarnas upplevelse av interventionen TTM och den terapeutiska alliansen. Denna kategori var "klienten gjorde en resa, engagerad i en svår process, som gav nya perspektiv på livet" och var en sammanfattning av sex huvudkategorier. TTM bidrog till att uttrycka känslor och upplevelser som sorg och skam. Deltagarna upplevde att terapeuten uppmuntrade dem att tänka med nya perspektiv. Resultatet indikerade att den terapeutiska processen kunde hindras om terapeuten agerade för informellt och vänskapligt.</p>	<p>3</p>
<p>5. Gunnarsson, A. B., Jansson, J., &amp; Eklund, M. (2006). The Tree Theme Method in Psychosocial Occupational Therapy: A Case Study. <i>Scandinavian Journal of Occupational Therapy</i>, 13(4), 229–240.</p>	<p>Att beskriva The Tree Theme Method (TTM) som en metod för intervention inom psykosocial arbetsterapi.</p>	<p>Kvalitativ metod och longitudinell fallstudie.  Sverige.  Utfördes under två perioder av arbetsterapeut. Först deltog klienten i interventionen TTM som omfattade fem sessioner där intervju ingick. Datainsamlingen baserades på klientens målningar av träd som symbol</p>	<p>Deltagaren som valdes ut rekryterades från en psykiatrisk öppenvårdsklinik. Inklusionskriterier: nyligen antagen till kliniken samt kunna reflektera över sitt livsförlopp. Den kvinnliga deltagaren som inkluderades hade diagnosen panikångestsyndrom och sekundär depression.</p>	<p>Studien identifierade fyra betydelsefulla livsteman som symboliserade deltagarens livsförlopp. Dessa var "varit blyg", "närhet till familjen", "vara rädd att det värsta ska inträffa" och "känslan av utanförskap". Deltagaren hade genom TTM lärt sig en strategi som användes som verktyg för att hantera och agera annorlunda i svåra situationer. Deltagaren målade vid den uppföljande</p>	<p>4</p>

		för den egna personen och livsberättelsen. Tre år senare utfördes en uppföljning med samma klient som omfattade intervju och två sessioner av TTM interventionen.		session ett träd som symboliserade styrkan och livet.	
6. Horghagen, S., Fostvedt, B., & Alsaker, S. (2014). Craft activities in groups at meeting places: supporting mental health users' everyday occupations. <i>Scandinavian Journal of Occupational Therapy</i> , 21(2), 145–152.	Att undersöka hur deltagarnas engagemang i gruppbaserade hantverksaktiviteter främjade deras förmåga att utföra vardagsaktiviteter.	Kvalitativ metod och etnografisk studie. Observation och ta del av berättelser.  Norge.  Hantverksgrupperna anordnades på en samlingsplats och leddes av en aktivitetsledare eller arbetsterapeut. Varje vecka annonserades de varierande hantverksaktiviteter som erbjöds och var öppna för de som ville delta. Tillfällena omfattade en timme innan lunch och en timme efter lunch. Fältanteckningar utformades som berättelser kort efter varje grupptillfälle.	Deltagarna som rekryterades var de som närvarade mest frekvent i hantverksgrupperna. Alla deltagare hade långvarig psykisk sjukdom, fick statlig ersättning, och deltog i hantverksgruppen nästan dagligen. I studien är 12 deltagare inkluderade.	Studien visade att hantverksgrupperna över tid hade bidragit positivt för deltagarna. Det framkom att det verkade vara betydelsefullt att både aktiviteterna och gruppen var välbekanta.  Fyra tema identifierades; “Utföra hantverk i grupp främjar stabilitet och rutiner”, “utföra hantverk i grupp främjar skicklighet och förmågor”, “utföra hantverk i grupp främjar kamratstöd”.  Det fanns ett samband mellan deltagarnas regelbundna hantverk och deras upplevelser av att ge och ta emot kamratstöd vilket främjade deras utförande av vardagsaktiviteter.	3
7. Gunnarsson, A. B., Jansson, J.-Å., Petersson, K., & Eklund, M. (2011). Occupational Therapists' Perception of the Tree Theme Method™ as an Intervention in Psychosocial Occupational Therapy. <i>Occupational Therapy in Mental Health</i> , 27(1), 36–49.	Att undersöka arbetsterapeuters upplevelse vid användning av TTM interventionen.	Kvalitativ metod. Intervju med två fokusgrupper. En guide följdes för intervjun och för att det skulle bli en interaktion och diskussion mellan informanterna som leddes av två moderatorer. Arbetsterapeut och psykolog.  Sverige.  Fokusgrupperna träffades vid två tillfällen under ett intervall på två veckor.  Kvalitativ innehållsanalys.	Inklusionskriterier: vara arbetsterapeut, arbeta på psykiatrisk öppenvårdsklinik i Sverige, deltagit i en 30-timmars kurs i TTM som omfattade teoretisk och praktisk kunskap om målning och occupational storytelling/story making. Nio kvinnliga deltagare inkluderades.	5 kategorier identifierades; “balansera terapeutiska ramverk (strukturen av TTM processen)”, “krav på terapeuternas livserfarenhet och expertis”, krav på klientens motivation och förmåga”, utveckla en terapeutisk allians” och “en dynamik med flera olika processer” Dessa kategorier omfattade även ett varierande antal subkategorier. En subkategori var “terapeutisk attityd” som beskriver vikten av att terapeuten är flexibel och kan växla mellan en aktiv och passiv attityd samt att vara en engagerad lyssnare.	3

<p>8. Gunnarsson, A. B., &amp; Björklund, A. (2013). Sustainable enhancement in clients who perceive the Tree Theme Method® as a positive intervention in psychosocial occupational therapy. <i>Australian Occupational Therapy Journal</i>, 60(3), 154–160.</p>	<p>Att undersöka hur f.d. klienter inom psykiatrisk öppenvård skattade sitt välbefinnande och vardagliga aktiviteter samt att utvärdera om förändringar observerades mellan utgångsläget och avslutad terapi var bestående tre år efter avslutad intervention.</p>	<p>Kvantitativ metod och longitudinell studie.</p> <p>Sverige. Arbeterapeut.</p> <p>Självskattningsformulär användes pre-test, post-test och vid uppföljning för att utvärdera deltagarnas välbefinnande och vardagliga aktiviteter.</p> <p>Data analyserades genom SPSS.</p>	<p>Inklusionskriterier: tidigare deltagande i TTM intervention.</p> <p>35 deltagare med olika psykiatriska diagnoser inkluderades varav 31 deltagare fullföljde studien.</p>	<p>Studien visade att TTM intervention hade positiva effekter avseende deltagarnas känsla av sammanhang, aktivitetsutförande och tillfredsställelse med aktivitetsutförande både efter avslutad intervention och vid uppföljningen tre år senare. Deltagarnas skattning av psykologiska symtom, känsla av kontroll, aktivitetsnivå och tillfredsställelsen vid utförda aktiviteter betraktades som stabila.</p>	<p>3</p>
<p>9. Gunnarsson, A. B., Wagman, P., Hedin, K., &amp; Håkansson, C. (2018). Treatment of depression and/or anxiety – outcomes of a randomized controlled trial of the tree theme method® versus regular occupational therapy. <i>BMC Psychology</i>, 6(1), 1–10.</p>	<p>Att jämföra de kortsiktiga effekterna mellan TTM interventionen och vanlig arbetsterapi för personer med depression eller ångestsyndrom.</p>	<p>Kvantitativ metod och RCT studie. kontrollgrupper där deltagarna randomiserat blev indelade i två grupper, parallell gruppsdesign.</p> <p>Sverige. Arbeterapeut.</p> <p>Bedömningsinstrument AT: COPM, SDO, OBQ</p> <p>Vanlig arbetsterapi betydde dialoger, aktiviteter för att behålla struktur, lära sig att prioritera och planera och kreativa aktiviteter för att hantera ångest. Den vanliga gruppens aktiviteter fick inte vara lik TTM.</p>	<p>Patienter från Sverige. 118 män och kvinnor som lider av depression eller ångestsyndrom och var mellan 18–65 år.</p>	<p>Resultatet visade ingen större skillnad mellan vanlig arbetsterapi och TTM på kort sikt. Båda grupperna rapporterade högre betyg på alla aspekter som var aktiviteter i vardagen, psykologiska symptom, hälsorelaterade aspekter och interventions relaterade aspekter.</p>	<p>2</p>
<p>10. Griffiths, S., &amp; Corr, S. (2007). The Use of Creative Activities with People with Mental Health Problems: A Survey of Occupational Therapists. <i>British Journal of Occupational Therapy</i>, 70(3), 107–114.</p>	<p>Att identifiera i hur stor användningen av kreativitet i arbetsterapi var för att klargöra hur kreativa aktiviteter användes.</p>	<p>En mixad studie med både kvalitativ och kvantitativ metod. Studien baserades på enkät.</p> <p>Storbritannien.</p> <p>Kvantitativa data behandlades i SPSS och kvalitativa data jämfördes i en ordbehandlare</p>	<p>Inklusionskriterier: arbetsterapeuter som arbetade med klienter som hade psykiska problem. Arbetsterapeuter som använde sig av psykodynamiska metoder exkluderades.</p>	<p>130 formulär skickades ut och 66 kom tillbaka. 94% av AT använde kreativa aktiviteter minst en gång i veckan både enskilt och i grupp. Aktiviteterna används för att lära sig nya saker, förbättra koncentration och</p>	<p>3</p>

		och analyserades därefter i sju olika steg.		problemlösning samt utforska känslor.	
11. Gunnarsson, A. B., & Eklund, M. (2009). The Tree Theme Method as an intervention in psychosocial occupational therapy: Client acceptability and outcomes. <i>Australian Occupational Therapy Journal</i> , 56(3), 167–176.	Att undersöka den terapeutisk alliansen och klientens tillfredsställelse i relation till arbetsterapi och hälsorelaterade faktorer.	Kvantitativ metod och kvasiexperimentell studie med kombinerad design av pre-test-post-test och korrelation.  Sverige. Arbetsterapi  Bedömningsinstrument COPM, SDO, SOC, HAQ-11, CSQ  AT som skulle använda interventionen fick träning i hur den skulle användas.	35 deltagare inkluderades från fyra psykiatriska öppenvårds kliniker. Deltagarna var mellan 18–60 år och olika psykiatriska diagnoser.	Den terapeutiska alliansen spelade roll för klientens känsla av sammanhang och minskade de negativa symptomen för diagnoserna. Den terapeutiska alliansen var också kopplad till klienternas tillfredsställelse med interventionen.	3
12. Griffiths, S. (2008). The experience of creative activity as a treatment medium. <i>Journal of Mental Health</i> , 17(1), 49–63.	Att undersöka den kliniska nyttan av att använda kreativa aktiviteter som ett behandlingsmedel av arbetsterapeuter för personer med psykiska problem.	Kvalitativ metod. Observation, semistrukturerade intervjuer och fokusgrupper. Fas två i en större studie, första fasen rapporteras i artikel 10.  Storbritannien  Arbetsterapeut.  Observation av 4 kreativa aktivitetsgrupper. Semistrukturerade individuella intervjuer med. Fokusgrupp med en av aktivitetsgrupperna för kontroll av dataanalysens kategorier.	Arbetsterapeuterna som deltog i den första undersökningen bjöds in att delta i studien samt att rekommendera klienter.  Inklusionskriterier var: arbetsterapeuter som arbetade med personer med psykiska problem och använde kreativa aktivitetsgrupper som behandlingsmedel, klienter som aktivt deltog i kreativa aktivitetsgrupper som del av sin behandling.  13 deltagare inkluderades  Klienter med psykos eller som bedömdes vara mentalt instabila exkluderades.	Fem kategorier identifierades: “valmöjlighet”, “miljö”, “engagemang”, “aktivitetsrelaterade fördelar” och “gruppåverkan”. Alla kategorier utom “miljö” omfattade ett antal subkategorier.	3

## Bilaga 1

### Sökschema

#### Sökschema\_PsycInfo

<i>PsycInfo</i> 2021-03-15	<i>Sökord</i>	<i>Antal</i> <i>träffar</i>	<i>Lästa</i> <i>abstract</i>	<i>Lästa i</i> <i>fulltext</i>	<i>Granskade</i>	<i>Inkl. i</i> <i>resultatet</i>
#1	“mental disorders”*	195,428				
#2	“mental disorders” AND “creativity” *	325				
#3	S2 OR “art therapy”*	6,770				
#4	S3 AND “occupational therapy”*	624	28	22	13	8

\*Limits: Years 1980-2021, Age group: 18 & older, Language: English

#### Sökschema\_CINAHL\_

<i>CINAHL</i> 2021-03-15	<i>Sökord</i>	<i>Antal</i> <i>träffar</i>	<i>Lästa</i> <i>abstract</i>	<i>Lästa i</i> <i>fulltext</i>	<i>Granskade</i>	<i>Inkl. i</i> <i>resultatet</i>
#1	“mental disorders”*	40,813				
#2	“mental disorder” AND “creativity”*	35				
#3	S2 OR “art therapy”*	4,793				
#4	S3 AND “occupational therapy”*	129	15	4	3	1

\*Limits: Years 1980-2021, Age group: All Adults, Language: English

#### Sökschema\_PubMed

<i>PubMed</i> 2021-03-15	<i>Sökord</i>	<i>Antal</i> <i>träffar</i>	<i>Lästa</i> <i>abstract</i>	<i>Lästa i</i> <i>fulltext</i>	<i>Granskade</i>	<i>Inkl. i</i> <i>resultatet</i>
#1	“mental disorders”*	529,156				
#2	“mental disorders” AND “creativity”*	879				
#3	S2 OR “art therapy”*	13,746				
#4	S3 AND “occupational therapy”*	162	9	2	2	1

Limits: Years 1980-2021, Age group: 19 & older, Language: English