



MEDICINSKA
FAKULTETEN

Institutionen för hälsovetenskaper
Arbets terapeutprogrammet

Arbets terapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos vuxna inom psykiatriska öppenvårdsformer

En integrativ litteraturöversikt

Författare: Paulin Klint & Fanny Östner

Handledare: Madeleine Borgh

Kandidatuppsats, Litteraturstudie

Hösten 2021

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

Arbetsterapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos vuxna inom psykiatriska öppenvårdsformer

En integrativ litteraturöversikt

Författare: Paulin Klint & Fanny Östner
Handledare: Madeleine Borgh
Examensarbete på kandidatnivå, Litteraturstudie
Hösten 2021

Abstrakt

Bakgrund: Psykisk ohälsa kan innebära att en person upplever svårigheter att hantera vardagen och därmed påverka individens aktivitetsengagemang negativt. Aktivitetsengagemang innefattar en individs livsstil i form av rutiner, balans mellan olika typer av aktiviteter samt social delaktighet och är viktigt för hälsan, delaktighet och rehabiliteringen av psykisk ohälsa. Dock saknas det studier som kartlägger arbetsterapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos vuxna inom psykiatriska öppenvårdsformer.

Syfte: Att kartlägga arbetsterapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos vuxna inom psykiatriska öppenvårdsformer.

Metod: En integrativ litteraturöversikt genomfördes med 12 inkluderade artiklar från databaserna CINAHL, MEDLINE samt PsycINFO. En induktiv ansats användes och analysen utfördes med hjälp av en integrerad analys.

Resultat: Analysen resulterade i tre huvudteman: "Utvecklandet av färdigheter och förmågor", "Förbättrad struktur och rutiner i vardagen" och "Ökad livskvalitet och delaktighet".

Slutsats: Litteraturöversikten visar att arbetsterapeutiska interventioner främjar aktivitetsengagemang i dagliga livet. Deltagarna lärde sig nya färdigheter, nådde nya mål och förbättrade strukturen i sitt liv. Dessa förändringar blev viktiga för deras livskvalitet. Därför behöver arbetsterapeuter synliggöra dagliga rutiner, aktiviteter och ge möjligheter till engagemang i meningsfulla aktiviteter hos personer med psykisk ohälsa.

Nyckelord:

Arbetsterapeutiska interventioner, aktivitetsengagemang, psykisk ohälsa, psykiatrisk öppenvård

Occupational therapy interventions that promote occupational engagement in adults in psychiatric outpatient care

An integrative literature review

Author: Paulin Klint & Fanny Östner
Supervisor: Madeleine Borgh
Bachelor thesis, Literature study
Fall 2021

Abstract

Background: Mental illness can have a negative effect on a person's ability in coping with everyday life and thereby occupational engagement. Occupational engagement is important for health, participation and the rehabilitation of mental illness and includes an individual's lifestyle in the form of routines, balance between different types of activities and social participation. However, there are no literature reviews that examine occupational therapy interventions that promote occupational engagement in adults in psychiatric outpatient care.

Aim: To examine occupational therapy interventions that promote occupational engagement in adults in psychiatric outpatient care.

Method: An integrative literature review was conducted with 12 included articles. Searches were performed in the databases CINAHL, MEDLINE and PsycINFO. An inductive approach was used, and the content was analysed using an integrated analysis.

Results: The analysis resulted in three main themes: "Development of skills and abilities", "Improved structure and routines in everyday life" and "Increased quality of life and participation".

Conclusion: This literature review shows that occupational therapy interventions can promote occupational engagement in daily life. The clients learned new skills, reached new goals, improved structure in their life which became important for their quality of life. Therefore, occupational therapists need to recognize daily routines, activities and create opportunities to engage in meaningful activities for people with mental illness.

Keywords

Occupational therapy interventions, occupational engagement, mental illness, psychiatric outpatient care

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

Ett stort tack till vår handledare Madeleine Borgh som engagerat sig och stöttat oss under arbetets gång.

Vi vill också rikta ett stort tack till varandra för ett gott samarbete och för att vi har funnits där och uppmuntrat varandra.

Innehållsförteckning

Introduktion	5
Inledning	5
Bakgrund.....	5
Psykisk ohälsa	5
Aktivitetsengagemang och CMOP-E	6
Psykiatriska öppenvårdsformer.....	7
Arbetsterapeutisk bedömning och intervention.....	8
Problemformulering.....	9
Syfte.....	9
Metod	10
Design.....	10
Urval.....	10
Litteratursökning	11
Dataanalys	13
Forskningsetiska avvägningar	14
Resultat	14
Interventioner	15
Dagcenter	15
Vardag i Balans (ViB).....	15
Action Over Interia (AOI).....	15
Assertive Community Treatment (ACT)	16
Individual Placement and Support (IPS).....	16
Traditional Vocational Rehabilitation (TVR)	16
Everyday Life Rehabilitation (ELR)	16
Aktiv i mitt hem (AiMH)	16
Tree Theme Method (TTM).....	16
Klassisk arbetsterapi.....	16
Utvecklandet av färdigheter och förmågor	17
Lära sig av varandra	17
Tillämpa färdigheter i andra delar av livet	17
Förbättrad struktur och rutiner i vardagen.....	18
Ökad kunskap och insikt.....	18
Stabilitet och en ram för vardagslivet.....	18
Ökad livskvalitet och delaktighet.....	18
Känsla av gemenskap.....	18
Tillfredsställelse och återhämtning.....	19
Diskussion	20
Resultatdiskussion	20
Metoddiskussion	23
Slutsats	25
Kliniska implikationer	26
Referenser	27
Bilaga 1 (1).....	33
Bilaga 1 (2).....	34
Bilaga 1 (3).....	35
Bilaga 2 (1).....	36

Introduktion

Inledning

Psykisk ohälsa medför ofta en förändring i vardagen där individens aktivitetsutförande påverkas som därmed kan medföra en lägre nivå av aktivitetsengagemang. En låg nivå av aktivitetsengagemang har i sin tur en negativ påverkan på psykisk hälsa och kan göra att individen upplever fler symtom (Bejerholm, 2020). I den här litteraturstudien definieras aktivitetsengagemang enligt Bejerholm (2020) som menar att aktivitetsengagemang omfattar en individs livsstil i form av rutiner, balans mellan olika typer av aktiviteter samt social delaktighet. Forskning belyser att engagemang i aktivitet är en viktig faktor för hälsa och välmående (Goldberg et al., 2002). Folkhälsomyndigheten (2020) menar att personer som lider av psykisk ohälsa i större utsträckning står utan stöd från omgivningen som också påverkar deras välbefinnande. Konsekvenser av detta kan vara osunda vanor, fysiska besvär samt att de i lägre utsträckning deltar i meningsfull aktivitet. Psykisk ohälsa och psykiatriska diagnoser är den främsta anledningen till att personer blir sjukskrivna. Enligt hälso- och sjukvårdslagen (HSL, 2017) ges sluten vård till patienter som är intagna vid en vårdinrättning medan öppenvården innefattar all annan hälso- och sjukvård. Flyckt (2016) menar att öppenvården är avgörande för återhämtning då den utgör en viktig grund för rehabiliteringsprocessen hos personer med psykisk ohälsa.

Bakgrund

Psykisk ohälsa

Psykisk ohälsa är ett brett begrepp som kan innebära allt ifrån psykiska besvär såsom oro till svårare psykiatriska diagnoser. Psykiska besvär beskrivs som mindre komplexa än psykiatriska diagnoser och kan uppkomma vid en besvärlig livssituation eller händelse. Besvären går ofta över allt efter att livssituationen ändras eller att den drabbade anpassar sig. Det finns även psykiatriska diagnoser och tillstånd som kan uppstå när som helst genom livet som innefattar en mångsidig problematik som påverkar personen på flera sätt i livet och det kan handla om stark ångest, depressioner, bipolär sjukdom eller psykossjukdomar (Folkhälsomyndigheten, 2021). World Health Organization (WHO, 2019) redogör för ett antal olika psykiatriska diagnoser och dessa innefattar bland annat depression, bipolär

sjukdom, schizofreni och andra typer psykossjukdomar. Dessa kan ge upphov till avvikande tankar, upplevelser samt beteenden. Depressioner kan visa sig genom vemod, känslor av skuld och en avsaknad av det som personen brukar tycka är intressant, förändringar i aptit samt koncentrationssvårigheter. Bipolär sjukdom kan uttrycka sig genom olika perioder av känslor av upprymdhet kontra depressiva inslag. Schizofreni samt andra typer av psykossjukdomar kan uttrycka sig genom att personen hallucinerar, känner och upplever sig höra saker som inte är verkliga (WHO, 2019).

WHO (2018) förtydligar att psykisk hälsa inte behöver innebära avsaknad av psykisk sjukdom eller funktionsnedsättning. När en person upplever tillfredsställelse med livet, känner sig nöjd och vill utveckla sig själv och har resurser att hantera det som händer i livet så kan detta tyda på att en person upplever en god psykisk hälsa (Folkhälsomyndigheten, 2021a). Om en person däremot upplever stora svårigheter att fungera i vardagen och delta i de aktiviteter som hen vill kan det vara ett tecken på psykisk ohälsa (Folkhälsomyndigheten, 2021a). Forskning visar att symtomen av psykiatriska sjukdomar kan ha en negativ påverkan på individens förmåga att engagera sig i dagliga aktiviteter. Istället kan personen spendera mer tid att sova eller engagera sig i andra passiva aktiviteter (Eklund et al., 2009).

Aktivitetsengagemang och CMOP-E

Morris och Cox (2017) menar att aktivitetsengagemang har definierats på olika sätt inom arbetsterapi. Bejerholm (2020) beskriver att aktivitetsengagemang innefattar en persons deltagande i meningsfulla aktiviteter och balansen mellan aktivitet och vila. Vidare ingår även personens rutiner, deltagande i samhället och sociala kontexter samt personens närvaro och medvetenhet i sitt görande. Morris och Cox (2017) skiljer på att engagera sig i aktivitet och att endast delta i aktivitet och menar att det förstnämnda är ett mer komplext och subjektivt koncept som kräver engagemang från individen medan att delta i aktivitet kan innebära att individen är mer passiv. Individens upplevelse av engagemang i en aktivitet är det som avgör om aktiviteten känns positiv och meningsfull. Bejerholm (2020) beskriver olika nivåer av engagemang. En låg engagemangsnivå kännetecknas av få aktiviteter och en brist på sammanhang och mening. Individen har en låg känsla av livskvalitet och välbefinnande. Vidare beskrivs att den psykosociala funktionen är bristande samt att individen är tillbakadragen och har få relationer. Aktiviteterna som utförs är ofta passiva förutom de aktiviteter som innebär att stilla behov som till exempel att äta. Detta kallas aktivitetstoppar och kännetecknas av en aktivitet som utförs mer aktivt. En individ med medelhög

engagemangsnivå har en jämnare mix av stillsamma aktiviteter och aktivitetstoppar. En hög engagemangsnivå innebär att personen i fråga har en känsla av aktivitetsbalans, upplever välbefinnande och har en bättre livskvalitet. Individen utför aktiviteter som är varierande och som skapar en helhet i vardagen (Bejerholm, 2020). Eklund och Argentzell (2016) beskriver att engagemang i aktivitet är avgörande för hälsa och återhämtning från psykisk ohälsa. Vidare uppmärksammas vikten av att vården stöttar patienter med psykisk ohälsa i att engagera sig i meningsfulla aktiviteter. Ytterligare forskning visar att en högre nivå av engagemang i aktivitet ger färre psykiska besvär och en känsla av välbefinnande (Bejerholm & Eklund, 2007).

CMOP-E (*Canadian Model Of Occupational Performance And Engagement*) kan vara ett underlag för arbetsterapeuten att förstå vilken komponent en person behöver stöd med för att kunna uppnå ett gynnsamt aktivitetsutförande och aktivitetsengagemang (Polatajko et al., 2013). Modellen illustrerar "spiritualitet" följt av tre komponenter som är; personen, miljön och aktiviteten. Personfaktorer kan vara känslor, tankar och förmågor. Miljöfaktorer kan vara kulturella, sociala eller organisatoriska. Aktivitetsfaktorer illustreras som aktiviteter inom områdena produktivitet, egenvård och fritid. Dessa tillsammans formar en persons utförande av aktiviteter och bildar ett skiftande samspel mellan personens relation och sin omgivning, sig själv, utförandet av aktiviteten samt vilket engagemang personen upplever (Polatajko et al., 2013). Om en person är "understimulerad" och har ett lägre aktivitetsengagemang kan det handla om att det inte finns samma tillgång till aktivitet, miljön känns inte sporrande och personen kanske i samband med den psykiska sjukdomen har svårt att ta in intryck från omgivningen. Engagemanget i aktiviteter förändras också och motiven bakom att utföra aktiviteter varierar utifrån personens nivå av engagemang. Om en person däremot upplever sig "överstimulerad" så kan det handla om för stor mängd aktiviteter samt en miljö som kan upplevas överväldigande och därmed svårt att ta in intryck (Bejerholm, 2020).

Psykiatriska öppenvårdsformer

Levander et al. (2017) beskriver att psykiatri är ett specialområde inom medicin. Det finns en mängd olika aktörer som arbetar inom psykiatrisk verksamhet. Det kan vara landstingsbekostade mottagningar, privata kliniker, företag eller behandlingshem som specialiserat in sin verksamhet på patienter med psykiatrisk problematik. Enligt Hälso- och sjukvårdslagen (HSL, 2017) är den psykiatriska vården idag fördelad i sluten och öppen vård. Slutenvården innebär att patienten är intagen vid en vårdinrättning medan öppenvården

innefattar all övrig vård. Primärvården fastställs som en del av den öppna vården och avser bland annat grundläggande medicinsk behandling och rehabilitering. Foldemo (2019) redogör för att psykiatrisk öppenvård handlar om att sätta klienten i centrum och stötta klienten med det som hen önskar omforma i sitt dagliga liv. Vidare beskriver Foldemo (2019) psykiatrireformen som tydliggör att landstingets uppdrag innefattar att utreda, behandla och medicinskt förebygga psykisk ohälsa medan kommunen ansvarar över områden som boende, sysselsättning och rehabilitering. I Levander et al. (2017) beskrivs även specialiserad verksamhet som en del av öppenvården som riktar in sig på vissa diagnoser. Inom öppenvårdspsykiatri arbetar personalen oftast i team bestående av arbetsterapeuter, fysioterapeuter, läkare, psykologer, socionomer, sjuksköterskor och skötare. Flyckt (2016) menar att den psykiatriska öppenvården är grunden för en hållbar återhämtningsprocess med avsikten att möjliggöra för patienten att kunna leva det liv hen önskar. Öppenvårdspsykiatriens funktion är dessutom att stödja patienten så att hen inte behöver slutenvård och/eller återinsjuknar. Risken för återinsjuknande samt suicidförsök ökar när en individ blir akut sjuk och blir inlagd inom slutenvården. Därmed har öppenvården ett betydelsefullt uppdrag att samarbeta med slutenvården samt att skapa en fungerande relation med patienten. Bejerholm (2020) belyser att det är avgörande för arbetsterapeuter och andra professioner inom psykiatri att få en helhetssyn av patientens liv eftersom det är patientens övriga tid där hälsa och ohälsa uppstår medan den vård patienten deltar i enbart innefattar ett fragment av vardagslivet.

Arbetsterapeutisk bedömning och intervention

Arbetsterapiens unika aktivitetsfokus gör att arbetsterapeuten har en viktig uppgift i att identifiera aktivitetsengagemang hos sin klient och därefter stötta klienten att skapa goda förutsättningar för att främja aktivitetsengagemanget (Bejerholm, 2020). Då aktivitetsengagemang är ett komplext begrepp som innefattar en individs subjektiva upplevelse kan det vara en svår uppgift för arbetsterapeuten att identifiera sin klients engagemang i aktivitet. Fisher (2009) beskriver att arbetsterapeuter kan arbeta kompensatoriskt, pedagogiskt, med aktivitetsträning samt med förbättring av kroppsfunktioner och personliga faktorer. Det kompensatoriska arbetssättet kan det handla om att få ett hjälpmedel eller att miljön anpassas. Pedagogiska interventioner kan innefatta att personen får utbildning för att få insikt i sin situation och sjukdom samt få strategier för att hantera vardagen. Aktivitetsträning kan vara att en patient får träna på en aktivitet för att förbättra utförandet. Förbättring av kroppsfunktion och personliga faktorer kan innebära

träning för att återfå eller förbättra funktion. Eklund (2020a) menar att arbetsterapeutiska interventioner inom psykiatrin kan skilja sig åt i stor grad. Det kan vara att tillsammans med andra i liknande situation göra en aktivitet som är av skapande karaktär där en person kan få insikter och en större förståelse för sin vardag. Det kan vara att få hjälp med att skapa struktur och rutiner i vardagen för att få stöd till balans mellan vila och aktivitet. Lexén och Bejerholm (2018) beskriver i en studie att en person med schizofreni påverkas kognitivt och kan få svårt att klara av dagliga rutiner.

Problemformulering

Författarna har egna erfarenheter i att möta personer med psykisk ohälsa där en ond spiral skapats genom att den psykiska ohälsan påverkat engagemangsnivån och vice versa. Trots att dessa personer har ett tydligt lågt aktivitetsengagemang har författarna upplevt att de inte fått den hjälp dem behöver för att öka det. Det kan vara utmanande att klara av att ta hand om sina behov, därför är det viktigt att arbetsterapeuter kan kartlägga en persons aktivitetsengagemang för att förstå hur den psykisk ohälsan påverkar personen i vardagen och därefter hjälpa personen att uppnå individens optimala aktivitetsengagemang (Lexén & Bejerholm, 2018). Det saknas dock en aktuell litteraturoversikt där arbetsterapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos vuxna inom den psykiatriska öppenvården kartläggs. Socialstyrelsen (2019) förklarar dessutom att det saknas uppgifter som beskriver centrala delar av den psykiatriska vård som ges inom primärvården. Detta beskrivs som problematiskt då primärvården är en vårdenhet där många med psykisk ohälsa får vård. Genom att kartlägga och sammanställa arbetsterapeutiska interventioner som kan ha en positiv påverkan på aktivitetsengagemang, kan arbetsterapeuter inom den psykiatriska öppenvården kan få ökad kunskap om hur de ska stötta klienter med lågt aktivitetsengagemang. Detta kan bidra till en ökad nivå av aktivitetsengagemang hos dessa klienter vilket i sin tur har en positiv påverkan på deras hälsa, känsla av välbefinnande och upplevelse av mening i livet.

Syfte

Syftet är att kartlägga arbetsterapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos vuxna inom psykiatriska öppenvårdsformer.

Metod

Design

Litteraturöversikten kartlägger aktuell forskning och kan indikera att ytterligare forskning behövs samt bidra till ökad förståelse inom det valda området (Segersten, 2017).

Examensarbetet genomfördes som en integrativ litteraturöversikt. Enligt Friberg (2017a) utför författarna i den integrativa översikten mer av en djupdykning i analysen än vad som genomförs i en allmän översikt. Resultatet tolkas på ett djupare plan då författarna drar slutsatser och verifierar utifrån insamlade data. Integrativ litteraturöversikt valdes då författarna vill skapa en djupare förståelse för ämnet. Författarna använde sig av en induktiv ansats. Forskaren kan genom att använda en induktiv ansats få reda på underliggande teman eller återkommande motiv (Forsberg & Wengström, 2016). Enligt Kristensson (2014) gör en induktiv ansats det möjligt att undersöka företeelser förutsättningslöst. Författarna valde att använda en induktiv ansats då författarna önskade studera litteraturen med ett öppet sinne. En integrerad analys användes vilket innefattar en bearbetning av data genom att skapa sig en överblick av studiernas innehåll (Friberg, 2017a).

Urval

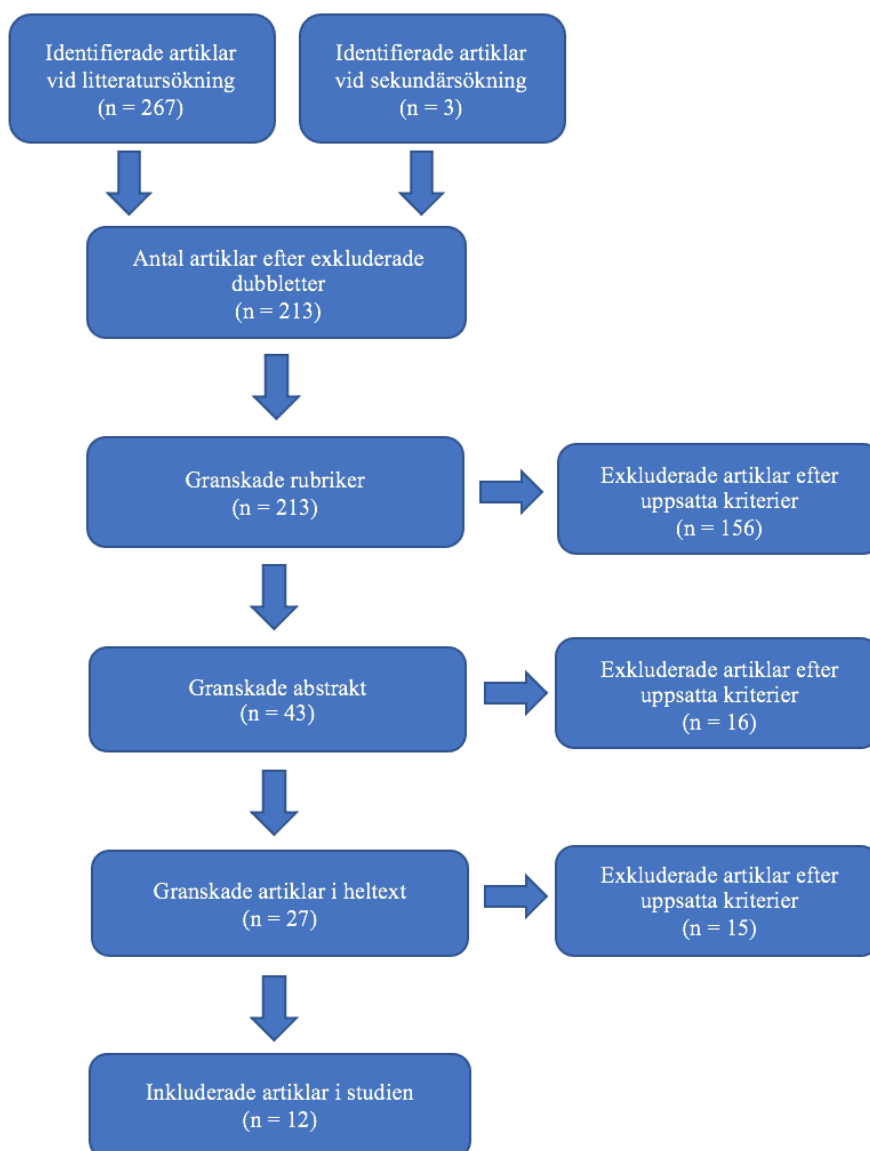
Kvalitativa och kvantitativa studier var relevanta för syftet. Kvalitativa studier kan skapa förståelse för individers individuella uppfattningar och upplevelser av interventioner medan kvantitativa studier kan visa en bredare bild av olika interventioners effekter (Segersten, 2017). Inklusionskriterier för artiklarna var att de skulle handla om aktivitetsengagemang, delaktighet i meningsfulla aktiviteter och arbetsterapeutiska interventioner inom psykiatriska öppenvårdsformer samt vara publicerade mellan åren 2011–2021 med syfte att inkludera den senaste forskningen inom ämnet. Övriga kriterier var att artiklarna skulle vara peer reviewed, skrivna på engelska, publicerade i CINAHL, MEDLINE eller PsycINFO. Exklusionskriterier var artiklar skrivna innan 2010, personer under 18 år, psykiatrisk slutenvård/rättspsykiatri samt icke arbetsterapeutiska interventioner.

Litteratursökning

Vetenskapliga artiklar söktes i databaserna; CINAHL, MEDLINE samt PsycINFO. Databaserna valdes då de tillhandahåller kunskap inom arbetsterapi och rehabilitering. Sökorden som användes i samtliga databaser var *occupational engagement* OR *meaningful activity* AND (MH "Mental Disorders+") AND "Occupational therapy" NOT literature review. Boolesk sökteknik tillämpades i form av sök-operatorerna AND, OR och NOT för att kombinera olika söktermer och synonymer (Östlundh, 2017). *Occupational engagement* användes som sökord då det är fokus för litteraturstudien. Sökningen breddades genom att använda *meaningful activity* eftersom det inkluderar artiklar som kan beskriva begrepp och fenomen som berör aktivitetsengagemang. *Occupational therapy* inkluderades i sökningarna för att få ett fokus på arbetsterapeutiska interventioner. Författarna valde att söka i ämnesordfältet i de tre databaserna, sökningen resulterade i att ämnesordet *Mental Disorder+* användes. Ämnesord tillämpades då det ger en hög ämnesprecision (Östlundh, 2017). Då litteraturstudier skulle exkluderas valde författarna att använda NOT literature review som sökord. Författarna identifierade sammanlagt 267 artiklar från de tre databaserna vid litteratursökningen varav 54 dubletter exkluderades. För att inte gå miste om relevant litteratur tillämpades även sekundärsökningar där tre artiklar identifierades. Metoden innebär att referenslistor, ämnesord och/eller upphovsuppgifter undersöks i artiklar som bedömts vara relevanta för ämnesområdet (Östlundh, 2017). Författarna utförde sökningarna genom att studera relevanta artiklars referenslistor samt genom att söka ytterligare intressant litteratur baserat på artiklarnas upphovsuppgifter. Samtliga 213 rubriker granskades där 156 artiklar exkluderades då de inte svarade på uppsatsens syfte. Därefter läste bägge författarna återstående 43 abstrakt, 16 artiklar exkluderades då de inte uppfyllde uppsatsens kriterier. 27 artiklar granskades i heltext där 15 artiklar exkluderades efter diskussion om artiklarna svarade på uppsatsens syfte och följde uppsatta inklusions- och exklusionskriterier. Sammanlagt valdes 12 artiklar som granskades inför examensarbetet.

Författarna använde Fribergs (2017b) granskningsmall för kvalitativa samt kvantitativa studier för att kritiskt bedöma studiernas kvalitet. Granskningsmallen valdes då både kvalitativa och kvantitativa studier inkluderats i arbetet. Med hjälp av granskningsmallen utfördes även en gradering av studiernas evidens. Kristensson (2014) menar att detta kan utföras genom att frågorna i granskningsmallen poängsätts vilket resulterar i ett poängsystem. Författarna bestämde gemensamt hur studiernas evidens skulle bedömas samt vilken evidens

som krävdes för att inkluderas i översikten. Granskningsmallen inkluderade 14 frågor för kvalitativa studier respektive 13 frågor för kvantitativa. En del frågor omformulerades för att kunna poängsättas. Studiernas kvalitet graderades utifrån låg, medel och hög nivå baserat på den poäng studien fått genom frågorna i granskningsmallen. Varje fråga kunde ge ett poäng där 0–8 poäng gav en låg kvalitetsnivå, 9–11 gav en medelhög kvalitetsnivå och 12–14 gav en hög kvalitetsnivå. Endast studier som värderats till medel eller hög kvalitetsnivå inkluderades i arbetet. Ett flödesschema (Figur 1) skapades med syfte att skapa en överblick över urvalsprocessen.



Figur 1 Flödesschema över urvalsprocessen i litteratursökningen.

Dataanalys

Efter att kvaliteten graderats analyserades den valda litteraturen enligt Friberg (2017a) där analysen genomgick olika steg. Analysmetoden utfördes med hjälp av en integrerad analys då författarna ville skapa en djupare förståelse inom det valda området (Friberg, 2017a) samt tolka resultatet på ett djupare plan (Whittemore & Knafl, 2005). Först lästes artiklarna på nytt flertalet gånger av bägge författarna för att få en tydlig bild av innehållet. Artiklarna delades därefter upp mellan författarna för att sammanfatta artiklarna en i taget med syfte att använda som stöd i analysen. Sammanfattningen inkluderade även en reduktion av data. Enligt Friberg (2017a) innefattar datareduktion att författarna väljer det i artikeln som kan relateras till litteraturöversiktens syfte. När artiklarna var sammanfattade skapade författarna tillsammans en översiktstabell (bilaga 2) med syfte att få en helhetsbild av inkluderad litteratur. De rubriker som använts i översiktstabellen grundar sig i översiktens problemområde och syfte. Översiktstabellen innehåller följande rubriker: Artikel, land och år, syfte, metod, urval, intervention, resultat samt evidensnivå. Därefter delades artiklarna upp emellan författarna för att lyfta ut gemensamma komponenter samt skillnader avseende teoribas, metod, analysarbete samt syftet med artikeln. Författarna jämförde dessutom resultatet i varje enskild artikel för att sedan undersöka gemensamma nämnare samt skillnader i studierna. Friberg (2017a) menar att när både kvalitativa och kvantitativa studier inkluderats i en översikt går inga precisa jämförelser att dra eftersom resultatet presenteras på olika sätt. Detta har författarna tagit hänsyn till i arbetet. I sista steget använde sig författarna av triangulering där mönster i data identifierades gemensamt genom att tolka och dra slutsatser utifrån studiernas olika resultat med syfte att skapa en ny helhet. Enligt Kristensson (2014) innefattar triangulering att minst två personer gemensamt analyserar och tolkar data. Tolkningen delades sedan in i huvudteman samt subteman (se Tabell 1. Exempel över analysprocessen).

Tabell 1. Exempel över analysprocessen.

Meningsbärande enhet	Kondenserad mening	Huvudtema	Subtema
<i>Participants shared knowledge and experiences, served as role models for each other while doing crafts, and advised one another how to manage everyday occupations.</i>	Dela med sig av kunskap och upplevelser, agera som förebild, ge råd om hur aktiviteter i dagliga livet kan hanteras.	Utvecklandet av färdigheter och förmågor.	Lära sig av varandra.

Forskningsetiska avvägningar

Enligt Kristensson (2014) ska all forskning genomsyras av ett etiskt förhållningssätt. Detta har författarna förhållit sig till genom att endast inkludera studier med etiska tillstånd. I Helsingforsdeklarationen av World Medical Association (2018) beskrivs viktiga etiska principer inom medicinsk forskning. Deklarationen belyser att hälsan hos deltagaren alltid ska vara högsta prioritet och att forskare ska beakta deltagarens integritet och självbestämmande. Författarna har tagit hänsyn till forskningsetiska avvägningar enligt Helsingforsdeklarationen vid granskningen av artiklarna där samtliga artiklar har bedömts som etiskt försvarbara. I enlighet med Forsberg och Wengström (2016) framställs data oavsett om det stödjer litteraturstudiens hypotes eller ej.

Resultat

Syftet med studien var att kartlägga arbetsterapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos vuxna inom psykiatriska öppenvårdsformer. Tolv artiklar ligger till grund för resultatet där nio är kvantitativa och tre är kvalitativa. Nio av de valda artiklarna är publicerade i arbetsterapeutiska tidskrifter medan tre av artiklarna är publicerade i psykiatriska tidskrifter. Studierna är utförda i Sverige (10st), Norge (1st) och Kanada (1st). De valda artiklarna har en arbetsterapeutisk utgångspunkt och undersöker interventioner inom olika psykiatriska öppenvårdsformer. Samtliga artiklar belyser att psykisk ohälsa har en negativ påverkan på aktiviteter i dagliga livet och hälsan. Studierna tar även upp vikten av delaktighet i meningsfull aktivitet och att arbetsterapeutiska interventioner kan bidra med ökat aktivitetsengagemang och ett större välbefinnande hos den här gruppen.

I resultatets första del presenteras de interventioner som återfinns i artiklarna. Därefter redovisas resultatet utifrån de huvudteman och subteman som identifierats i analysarbetet. Tre huvudteman identifierades: "Utvecklandet av färdigheter och förmågor", "Förbättrad struktur och rutiner i vardagen" och "Ökad livskvalitet och delaktighet". Samtliga huvudteman följs av två subteman vardera: "Lära sig av varandra", "Tillämpa färdigheter i andra delar av livet", "Ökad kunskap och insikt", "Stabilitet och en ram för vardagslivet", "Känsla av gemenskap" och "Tillfredsställelse och återhämtning" (se Tabell 2. Teman). Artiklarna kommer hädanefter refereras med nummer (#1–#12) enligt granskningstabellen (se bilaga 2).

Tabell 2. Huvudteman och subteman.

Huvudteman	Subteman
Utvecklandet av färdigheter och förmågor	Lära sig av varandra
	Tillämpa färdigheter i andra delar av livet
Förbättrad struktur och rutiner i vardagen	Ökad kunskap och insikt
	Stabilitet och en ram för vardagslivet
Ökad livskvalitet och delaktighet	Känsla av gemenskap
	Tillfredsställelse och återhämtning

Interventioner

Nedan presenteras identifierade interventioner från de 12 studierna.

Dagcenter

Dagcenter kan vara arbets- och/eller mötesplatsorienterade (#6, #12). Syftet med dagcenter är att tillhandahålla meningsfulla aktiviteter och stötta personer med psykisk ohälsa att hantera vardagens aktiviteter (#1, #6). I en av artiklarna används skapande aktivitet på mötesplatsen där deltagarna fick möjlighet att utföra olika sorters hantverk som till exempel trä- och sylslöjd, målning och glas och keramik (#1).

Vardag i Balans (ViB)

Vardag i Balans (ViB) är en grupp- och aktivitetsbaserad livsstilsintervention som pågår under 16 veckor. Interventionen har ett återhämtningsperspektiv och riktar sig till personer med psykisk ohälsa (#2, #3, #8).

Action Over Interia (AOI)

Action Over Interia (AOI) är en intervention som grundar sig på den arbetsterapeutiska modellen Canadian Model Of Occupational Performance and Engagement (CMOP-E) samt har ett fokus på återhämtning. Interventionen riktar in sig på att möjliggöra engagemang i dagliga aktiviteter i samband med deltagarnas spiritualitet, person och miljö (#4).

Assertive Community Treatment (ACT)

Assertive Community Treatment (ACT) är en kommunbaserad intervention som har fokus på integrerad rehabilitering, behandling samt stödverksamhet (#4).

Individual Placement and Support (IPS)

Individual Placement and Support (IPS) syftar till att hjälpa personer med psykisk ohälsa att engagera sig i aktivitet relaterad till arbete. Deltagarna får besöka olika typer av arbetsplatser, prata med arbetsgivare, besöka arbetsförmedlingen för arbetssökande samt ha individuella möten med en arbetsspecialist (#5).

Traditional Vocational Rehabilitation (TVR)

Traditional Vocational Rehabilitation (TVR) är en form av arbetsrehabilitering där deltagarna får möjlighet att arbetsträna eller engagera sig i arbetsrelaterade uppgifter i en trygg miljö samt får stöd individuellt av en teamdeltagare inom psykiatrien (#5).

Everyday Life Rehabilitation (ELR)

Everyday Life Rehabilitation (ELR) är en intervention som har som fokus att möjliggöra meningsfull aktivitet i vardagen för personer med psykisk ohälsa som bor på stödboende. Interventionen har sin grund i OTIPM och fokuserar på att stärka en persons aktivitetsutförande genom att få hjälp med kompensatoriska strategier som till exempel att använda tekniker för att minska stress och att förändra miljön eller aktiviteten (#7).

Aktiv i mitt hem (AiMH)

Aktiv i mitt hem (AiMH) är en aktivitetsbaserad intervention inriktad mot livsstil för att främja aktivitetsengagemang och aktivitetsbalans för personer med psykisk ohälsa som bor i stödboende och består av 8 tillfällen för de boende och workshops för personalen (#7).

Tree Theme Method (TTM)

Tree Theme Method® (TTM) är en evidensbaserad arbetsterapeutisk intervention. Interventionen har ett fokus på skapande aktiviteter och historieberättande med syfte att öka deltagarnas förmåga att hantera och öka tillfredsställelse med det dagliga livet (#10, #11).

Klassisk arbetsterapi

I tre av artiklarna jämförs studiernas interventioner med klassisk arbetsterapi (#2, #8, #11).

Care as usual (CAU) (#2) och Standard occupational therapy (SOT) (#8) innefattade gruppintervention eller individuell arbetsterapi. Gruppinterventionerna fokuserade på ämnen såsom färdigheter i vardagen, sociala förmågor eller kreativa aktiviteter (#2, #8). I en studie definierades “vanlig arbetsterapi” individuellt av varje arbetsterapeut. Interventionen kunde innebära samtal om aktiviteter och struktur i livet, lära sig att prioritera bland sina aktiviteter, förskrivning av kognitiva hjälpmedel eller skapandeaktiviteter (#11).

Utvecklandet av färdigheter och förmågor

Lära sig av varandra

Deltagare som deltog i interventionen ViB förbättrades gällande aktivitetsengagemang, aktivitetsnivå och aktivitetsbalans (#2). En annan artikel där ViB undersöks visar att kamratstödet i gruppen bidrog till att deltagarna kunde utveckla sina förmågor att hantera vardagens aktiviteter. Gruppen bidrog också till att deltagaren kunde utveckla sina sociala förmågor vilket även är en användbar färdighet i andra vardagliga aktiviteter. Genom att deltagarna delade med sig av strategier och tips till varandra kunde deltagarna få ökad kunskap om hur vardagliga aktiviteter kan genomföras (#1). Deltagare upplevde att de mådde bättre och kände sig mer kompetenta genom att socialisera sig med andra i en gruppintervention, dessutom var det värdefullt att känna sig behövd av andra (#6). Att hjälpa andra i gruppen kunde bidra med en känsla av mening och självförtroende (#3).

Tillämpa färdigheter i andra delar av livet

Genom att engagera sig i aktivitet utvecklade och bibehöll deltagarna förmågor och färdigheter vilket de kunde ha nytta av vid utförandet av andra aktiviteter i livet. Förmågor och färdigheter som utvecklades var problemlösning, uppfinningsrikedom, socialisering samt samarbetsförmåga (#1). Deltagarna blev mer engagerade i aktiviteten och stärkte i sig själva när de klarade och initierade mindre uppgifter självständigt. Detta ledde till att de senare nådde sina uppsatta mål vilket bidrog till processen över att återfå en känsla av kontroll över sina vardagliga liv (#6). I en studie där TTM jämförs med vanlig arbetsterapi visade bägge grupper positiva resultat av interventionerna bland annat gällande aktiviteter i det dagliga livet (#10). Effekterna av TTM visade sig vara stabila vid en tre års uppföljning och tycks vara en stabil intervention som kan stötta klienter att hantera det vardagliga livet. Flera deltagare hade ökat sitt aktivitetsengagemang gällande arbete eller studier (#11).

Förbättrad struktur och rutiner i vardagen

Ökad kunskap och insikt

Två av studierna visar att deltagarna förändrat sin tidsanvändning och blivit mer engagerade i meningsfull aktivitet (#4, #5). En av studierna visar att kontrollgruppen förändrade sitt aktivitetsmönster i form av att de ökade sin sömntid men behandlingsgruppen engagerade sig 47 minuter mer varje dag i aktivitet. Deltagare uttryckte att de haft nytta av att reflektera över sitt aktivitetsmönster då detta bidragit med insikt kring hur de använder sin tid Interventionen bidrog med att deltagarna kunde se sina framsteg, nå sina mål och få en insikt kring sin förbättring (#4). Den andra studien visar att IPS-deltagarna förändrade sitt aktivitetsmönster, tidsanvändning samt ökade sitt aktivitetsengagemang dock gjorde TVR-deltagarna inte detta (#5). Intervention baserad på ELR hade bidragit till att deltagarna hade blivit bättre på att klara av dagliga aktiviteter i livet då de hade klarat sina uppsatta mål vid uppföljning samt haft stabil nivå av måluppfyllelse över en längre tid (#7).

Stabilitet och en ram för vardagslivet

Resultatet visar i tre av artiklarna att gruppintervention gav deltagarna en känsla av stabilitet och rutiner (#1, #6, #12). Dessutom gav interventionen en känsla av struktur och rutin då deltagarna kunde strukturera resterande av sin dag efter deltagandet på dagcentret (#1). Gruppträffarna bidrog med en ram för vardagslivet och genom att utföra uppgifter mellan träffarna fick deltagarna testa sina strategier och sedan få återkomma och dela dessa med varandra (#1, #3). I en av artiklarna där interventionen innefattade skapande i grupp på ett dagcenter kunde en känsla av stabilitet skapas genom att deltagaren utförde en bekant aktivitet som ställer låga krav på utförandet (#1). Det familjära samt den förutsägbara strukturen i gruppen bidrog till återhämtning av psykisk ohälsa vilket kunde leda till ytterligare engagemang i andra delar av livet (#1). En annan artikel visar att för att deltagaren skulle uppleva en struktur och balans så är det viktigt med en lagom nivå av utmaning bland aktiviteterna, där det varken ställs för höga eller låga krav (#6).

Ökad livskvalitet och delaktighet

Känsla av gemenskap

Deltagarna upplevde att de kunde bryta isolering, känna gemenskap och skapa nya kontakter igen (#1, #3, #12, #6). Genom att delta i en grupp kunde deltagarna socialisera sig och

uppleva en känsla av samhörighet med de övriga deltagarna vilket kunde motverka isolation och rädsla för sociala sammanhang. Acceptansen och insikten om att inte vara ensam med sina problem gjorde att deltagarna kunde delta i gruppen på sina egna villkor, även på dåliga dagar då deltagaren eventuellt vanligtvis isolerar sig (#3). En studie beskriver dock att deltagare kunde känna stress när för mycket människor var närvarande vilket kunde leda till ett behov av att vara ensam (#6). Vänskapen mellan deltagarna ledde till aktivitetsengagemang i andra gemensamma aktiviteter utanför mötesplatsen. Skapande i grupp bidrog med gemenskap och glädje vilket gjorde att deltagarna kunde känna sig mindre begränsade av sin psykiska ohälsa (#1). Interventionen gav deltagarna möjlighet att berätta för andra om sina vardagliga aktiviteter, detta kunde leda till att de kände sig mindre funktionsnedsatta av sin psykiska ohälsa (#1, #3).

Tillfredsställelse och återhämtning

En studie visar att aktivitetsengagemang är starkt relaterat till återhämtning av psykisk ohälsa. De deltagare som upplevde att de hade större kontroll över sin vardag och som hade ökat sitt aktivitetsengagemang vid en uppföljning efter intervention hade också ökad nivå av återhämtning (#8). Deltagarna som genomgick IPS-interventionen upplevde att de ökade sitt aktivitetsengagemang i dagliga aktiviteter och delaktighet i samhället samt att de upplevde en större tillfredsställelse i livet när de genomförde interventionen. Resultatet av detta visar på att det finns en korrelation mellan att känna en god livskvalité överlag och en större nivå av aktivitetsengagemang (#5). I en studie hade deltagarnas psykosociala funktion blivit bättre samt att deras symtom också hade blivit bättre (#9). Interventioner baserat på ELR kan stötta personer med psykisk ohälsa att engagera sig i meningsfulla aktiviteter och öka delaktigheten i samhället, dessutom upplevde deltagarna i studien förbättrat mående både fysiskt och psykiskt samt minskade symtom. Deltagarna visade en ökad nivå av delaktighet i samhället och en ökad tillfredsställelse, engagemang och nivå av aktivitet (#7). En artikel visade att när deltagare gavs flera olika aktivitetsmöjligheter fick de fler positiva upplevelser (#12).

Diskussion

Resultatdiskussion

Syftet med den här studien var att kartlägga arbetsterapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos vuxna personer med psykisk ohälsa inom psykiatriska öppenvårdsformer. Sammantaget har arbetsterapeutiska interventioner av olika slag identifierats för personer med psykisk ohälsa inom psykiatriska öppenvårdsformer som på ett eller annat sätt berör aktivitetsengagemang. De undersökta studierna ger exempel på hur arbetsterapeuterna arbetar med olika inriktning i enlighet med Fisher (2009): pedagogisk inriktning kan genom utbildning ge ökad kunskap och insikt, kompensatorisk inriktning kan bidra med kunskap kring alternativa sätt att utföra aktiviteter på och aktivitetsträning kan göra att patienten antingen återfår eller bibehåller aktivitetsförmåga eller bidra med förbättring av kroppsfunktioner och personliga faktorer. Resultatet i studierna beskriver deltagarnas upplevelser samt vilka effekter interventionerna har bidragit med. Dessa var bland annat att deltagarna upplevde en märkbar skillnad i livskvalitet samt att deltagarna hade nytta av att använda sina inlärd färdigheter och strategier i vardagen. Interventionerna har bidragit med insikt kring hur de kan förändra sitt aktivitetsmönster samt att många deltagare har upplevt en förbättrad struktur i vardagen samt minskad psykisk ohälsa i form av färre symtom.

Polatajko et al. (2013) förklarar att engagemang i aktivitet är ett grundläggande behov och att arbetsterapeutens roll handlar om att möjliggöra engagemang i vardagen genom aktivitet med syfte att främja hälsa och välbefinnande. Litteraturöversiktens resultat tyder på att det finns ett dynamiskt samband mellan aktivitetsengagemang, känslan av tillfredsställelse i livet och återhämtning från psykisk ohälsa. Genom arbetsterapeutisk intervention där deltagarna fick möjlighet att engagera sig i meningsfull aktivitet kunde deltagarna förbättra sin psykosociala funktion samt att symtomen av sin psykiska ohälsa minskade. Översiktens resultat visar i enlighet med Bejerholm och Roe (2018) att en väsentlig del i en återhämtningsprocess är att engagera sig i meningsfulla aktiviteter. Därmed bekräftar översiktens resultat att engagemang i meningsfull aktivitet är starkt kopplat till hälsa.

Bejerholm och Eklund (2007) beskriver att en högre nivå av engagemang i aktivitet ger färre psykiska besvär och en känsla av välbefinnande. Vidare beskriver Bejerholm (2020) att det är

i en persons vardag som hälsa eller ohälsa skapas. Det är inte endast glädjande situationer i en persons liv som kan leda till att personen känner att hen har en god tillvaro. Det är via känslan av engagemang och av att känna sig delaktig i sin vardag som välmående kan börja gro. Då den psykiatriska vården en person får endast utgör en liten del av vardagen är det viktigt att arbetsterapeuten lyckas synliggöra personens aktivitetsproblematik. Bejerholm och Hultqvist (2020) beskriver att det är väsentligt att tillsammans med klienter med psykisk ohälsa, kartlägga aktivitetsförmågan då detta kan medföra att personen kan återfå en tillit till sig själv. Detta för att en persons psykiska funktionsnedsättning kan variera beroende på var hen är och vad hen gör. Detta samspelar med vilka krav en aktivitet ställer samt vilken inverkan miljön har på personen. Översiktens resultat beskriver att arbetsterapeutiska interventioner kan göra att deltagare ökar sitt aktivitetsengagemang och därmed känna sig mer delaktig i vardagen och samhället. Vidare förklarar Bejerholm (2020) att arbetsterapeuten har en central roll att stötta klientens kapacitet och målsättningar så att hen har möjlighet till att engagera sig i aktivitet som känns meningsfull. För att förstå sambandet mellan aktiviteten och den psykiska ohälsan är det centralt att se till hur tidsanvändningen ser ut, vad personen gör, vem personen spenderar sin tid med, i vilka miljöer personen befinner sig i samt hur hen ser på sin egen vardag. Detta är en viktig del i samtalet med arbetsterapeuten och annan personal inom psykiatri och kommunen, att kunna ge klienten förutsättningar för aktivitetsengagemang. I enighet med Bejerholm (2020) menar författarna att detta är en viktig pusselbit för arbetsterapeuter samt annan personal inom psykiatri och kommunen att tillsammans med klienten få syn på detta för att på så sätt starta en resa mot återhämtning. Genom intervention kan arbetsterapeuter inom den psykiatriska öppenvården ge personen möjlighet att utöva aktiviteter för att deltagaren ska få möjlighet att utveckla olika färdigheter som då kan förbättra personens aktivitetsengagemang.

Resultatet i översikten visar att interventioner där deltagaren får möjlighet att delta i aktivitet gjorde att färdigheter och förmågor kunde utvecklas. Detta kan i sin tur leda till att förmågor och strategier kan appliceras på andra delar av livet. Bejerholm (2020) menar att när en person engagerar sig, känner närvaro och reflekterar sätter det igång en process av engagemang som i sin tur leder till ett fortsatt engagerande i aktivitet. Resultatet i litteraturoversikten visar även att det var viktigt att kraven i aktiviteterna inte var för höga eller för låga för att deltagaren skulle uppleva en struktur och balans. När arbetsterapeuter använder aktivitet som intervention för att främja aktivitetsengagemang så kan det vara av betydelse att välja aktiviteter som ställer lagom krav på aktivitetsutförandet.

Några interventioner som inkluderats i resultatet använder skapande aktiviteter som intervention. Caddy et al. (2012) beskriver att interventioner som innehåller skapande aktivitet kan bidra med att personer upplever en förbättring av sin psykiska ohälsa, självförtroende och välmående. Enligt Leufstadius och Tjörnstrand (2020) kan skapande intervention också hjälpa personer att göra en förändring och att detta kan vara ett inslag i en intervention kopplad mot livsstil. Det kan då bidra med att deltagarna får insikt i sin situation genom att den gestaltas i någon form av skapande och då påbörja en förändring mot det bättre. I översiktens resultat ansågs skapande aktivitet vara en bekant aktivitet som inte ställde så höga krav på aktivitetsutförandet hos deltagaren vilket bidrog till att det var lättare att delta i aktiviteten, vilket i sin tur ökade aktivitetsengagemanget. Eklund (2020b) menar dock att när deltagarna utför en skapande aktivitet i grupp kan detta bidra med kommunikation och reflektion snarare än att det primära fokuset är den skapande aktiviteten.

Vidare belyser litteraturöversiktens resultat vikten av gemenskap och att en gruppintervention kan bidra till att deltagarna kan bryta isolering och skapa nya kontakter. Rebeiro och Cook (1999) menar att oavsett vilken nivå av engagemang en person upplever är den omgivande sociala miljön viktig för att uppleva mening och känsla av samhörighet. Resultatet i den här litteraturstudien visar också på att socialisering med andra i gruppen gjorde att deltagarna kunde må bättre och känna sig mer kompetenta samt att det var värdefullt att känna sig behövd av andra. Gruppinterventioner kan vara ett centralt forum där personer kan träffa andra med liknande problematik och på så sätt känna sig mindre ensamma med sina problem, vilket kan bidra med samhörighet och gemenskap. Rebeiro och Cook (1999) beskriver att den sociala kontexten i en gruppintervention är väsentlig för att kunna påbörja och bibehålla ett engagemang i aktivitet. Genom att få syn på sin potential istället för att fokusera på hindrande faktorer kan öka aktivitetsengagemanget. När personerna engagerade sig i egenvalda aktiviteter kunde de upptäcka att de kunde ta sig förbi sin psykiska ohälsa och uppleva ett förbättrat mående. När de kunde se vilka framsteg de gjort bidrog det till ett synliggörande av deras förmågor.

Resultatet i litteraturöversikten visar att när deltagare i en gruppintervention får dela med sig av sina erfarenheter och diskutera sina strategier kan de på så sätt också få en ökad insikt i hur de ska skapa struktur i vardagen. Deltagarna kunde lära sig av varandra, utveckla sina förmågor och bli bättre rustade inför vardagens aktiviteter. Enligt Eklund (2020b) kan arbetsterapeutiska gruppinterventioner utgöra en liten bit av en verklig situation där

deltagarna kan få möjlighet att dels öva på att vara i ett socialt sammanhang, dels få möjligheter att bearbeta och handskas med de aktiviteter som uppkommer i vardagen. Polatajko et al. (2013) beskriver att engagemang i aktivitet som upplevs som meningsfull för personen kan fungera som ett sätt att organisera tid, ge struktur till livet samt öka hälsa och välmående. Detta stärker i sin tur personen och kan öka hens självkänsla. Resultatet visar att deltagarnas reflektion över sitt aktivitetsmönster, tidsanvändning samt aktivitetsutförande gav deltagarna insikt samt ökad kunskap vilket gjorde att de kunde öka sitt engagemang i dagliga aktiviteter. Pépin (2020) menar att viktiga komponenter som kan underlätta aktivitetsengagemang kan vara att få träna sina färdigheter genom att utföra en aktivitet, förstå sitt aktivitetsmönster och använda detta som stöd vid förändring av utförandet, att delta i meningsfull aktivitet samt att få känna tillit till sin egen förmåga att utföra aktiviteten. Pépin (2020) beskriver vidare att interventioner där personen får möjlighet att utforska och testa olika aktiviteter i olika kontexter kan medverka till att klienten lär sig mer om sig själv. Arbetsterapeuten kan vara ett stöd för personen att kartlägga styrkor och utvecklingsbehov i samband med aktivitet för att på så sätt stödja klientens aktivitetsengagemang på bästa sätt.

Metoddiskussion

En integrativ litteraturöversikt genomfördes för att kartlägga arbetsterapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos vuxna inom psykiatriska öppenvårdsformer. Metoden valdes då den integrativa litteraturöversikten gör det möjligt för författarna att göra en djupare tolkning av resultatet (Friberg, 2017a). Sökningarna genomfördes i databaserna CINAHL, MEDLINE samt PsychINFO då de tillhandahåller kunskap inom arbetsterapi. Den sistnämnda databasen har dessutom en inriktning inom psykologi. Sökorden valdes med syfte att få arbetsterapeutisk litteratur om aktivitetsengagemang hos personer med psykisk ohälsa. Vid den inledande litteratursökningen användes flera synonymer till "*occupational engagement*" vilket ökade antalet träffar. Detta resulterade dock i att flertalet träffar inte svarade på litteraturöversiktens syfte. För att öka antalet relevanta träffar valde författarna att använda "*meaningful activity*" som synonym till "*occupational engagement*". En svaghet i sökningen är att samma sökning användes i samtliga databaser med syfte att valda sökord ansågs vara de mest relevanta för syftet, detta kan dock eventuellt innebära att intressant litteratur missas. Ämnesorden som tillämpades anpassades däremot efter respektive databas.

Författarna valde att tillämpa en induktiv ansats. Styrkan i att använda en induktiv ansats är att författarna kan samla in litteratur genom ett öppet förhållningssätt (Forsberg & Wengström, 2016). En deduktiv ansats hade kunnat vara intressant då litteraturen hade relaterats till en teoretisk referensram (Dychawy Rosner, 2012). Då författarna ansåg att en deduktiv ansats hade ökat risken att relevanta resultat går förlorade valdes detta bort. Tre kvalitativa respektive nio kvantitativa studier inkluderades i litteraturöversikten. Att inkludera både kvantitativ och kvalitativ forskning anser författarna vara en fördel då resultatet både omfattar subjektiva upplevelser och mätbara effekter vilket ger en helhetsbild av hur aktivitetsengagemanget förbättras genom interventionerna. Forsberg och Wengström (2016) menar att de artiklar som inkluderas i en litteraturöversikt helst inte bör vara äldre än fem år. Författarna valde dock att inkludera studier som är skrivna mellan 2011–2021 med syfte att säkerställa att artiklar med hög kvalitet kan inkluderas i översikten. Enligt Kristensson (2014) är det viktigt att den litteratur som inkluderas i litteraturöversikten är så aktuell som möjligt, detta ska dock relateras till att studierna som inkluderas även håller en hög kvalitet. 10 av de inkluderade artiklarna är från Sverige, en från Norge och en från Kanada. Då den geografiska spridningen är liten kan detta ses som en svaghet i studien eftersom det kan ha en påverkan på överförbarheten i förhållande till att det kan förekomma kulturella skillnader mellan olika länder. Eftersom studiens syfte var att undersöka aktivitetsengagemang inom psykiatrisk öppenvård ansåg författarna att det var relevant att till största delen inkludera svenska artiklar då vården kan skilja sig mellan olika delar av världen. Överförbarhet innefattar studiens resultat gällande giltighet i andra kontexter än den som är representerad i studien (Kristensson, 2014).

Författarna använde sig av Fribergs (2017b) granskningsmall för att ta ställning till studiernas kvalitet. Kvalitetsbedömningen bidrog till att författarna kunde arbeta systematiskt. Ett systematiskt arbetssätt ökar översiktens tillförlitlighet (Kristensson, 2014).

Granskningsmallen gav författarna möjlighet att bland annat värdera studiernas syfte, metod, urval, dataanalys, tolkning och etiska resonemang. Genom att kritiskt granska samtliga artiklar har författarna beaktat studiernas validitet och reliabilitet. En integrerad analys tillämpades i litteraturöversikten. Analysen utfördes i flera steg där det inledande steget innefattar att författarna läser igenom inkluderade artiklar för att därefter ta ut likheter och skillnader som sedan leder till olika teman (Kristensson, 2014).

Enligt Kristensson (2014) innebär tillförlitlighet att framförandet av litteraturen inte är färgade av en persons åsikter eller förståelse. För att öka tillförlitligheten i litteraturöversikten har författarna tillämpat triangulering i analysarbetet. Triangulering syftar till att minska risken att resultatet påverkas av en enskild persons tolkning och innefattar att två eller flera individer tillsammans analyserar och tolkar materialet (Kristensson, 2014). En styrka i litteraturöversikten är att hälften av de utvalda artiklarna är randomiserade kontrollerade studier. Enligt Forsberg och Wengström (2016) har randomiserade kontrollerade studier ett högt bevisvärde när det gäller att påvisa effektivitet av en intervention. Dessutom har en randomiserad fördelning av deltagare bäst förutsättningar gällande att få god validitet i studien. Validitet handlar om i vilken utsträckning en studie mäter det som avses att mätas (Kristensson, 2014). Reliabilitet handlar istället om mätsäkerheten. Reliabiliteten i en studie ökar om metoden är tydligt beskriven så att studien är möjlig att upprepa (Kristensson, 2014). Granskningen av artiklarna säkerställde att samtliga artiklar beskrev metoden väl vilket författarna anser ökar reliabiliteten i litteraturöversikten. Flera av de artiklar som inkluderades i litteraturöversikten undersöker liknande eller samma interventioner vilket kan ha en positiv påverkan på överförbarheten då flera kontexter representeras.

Slutsats

Litteraturöversiktens resultat bekräftar att arbetsterapeutiska interventioner kan främja aktivitetsengagemang vilket i sin tur kan leda till förbättrad hälsa och livskvalitet för personer med psykisk ohälsa. Resultatet belyser olika komponenter i interventionerna som påverkar aktivitetsengagemanget som att lära sig nya färdigheter och utveckla förmågor, både genom att utföra en aktivitet och genom sociala sammanhang där det ges möjlighet att lära sig av varandra. Att få insikt om sitt eget aktivitetsmönster och tidsanvändning var också en viktig faktor. Aktivitetsengagemanget främjades även av känslan av gemenskap samt av att arbetsterapeutisk intervention kunde bidra med en struktur för vardagen.

Genom att kartlägga interventioner som främjar aktivitetsengagemang hoppas författarna att översikten kan bidra med ökad tydlighet kring hur vuxna inom psykiatrisk öppenvård kan stöttas för att öka sitt engagemang i meningsfulla aktiviteter då viktiga komponenter i olika interventioner lyfts fram. Resultatet i denna studie visar att flertalet arbetsterapeutiska interventioner främjar aktivitetsengagemang hos vuxna med psykisk ohälsa. Författarna rekommenderar att mer forskning behövs för att ytterligare öka kunskapen om hur arbetsterapeutiska interventioner som främjar aktivitetsengagemang kan bidra till bättre

livskvalitet och psykisk hälsa. Ett identifierat behov är ytterligare forskning om hur primärvården arbetar med aktivitetsengagemang samt på vilket sätt det går att arbeta med aktivitetsengagemang i förebyggande syfte. Vidare har de inkluderade artiklar i studien en liten geografisk spridning, författarna anser att det finns ett behov av forskning i andra delar av världen för att kunna tillämpa interventioner som främjar aktivitetsengagemang hos personer med olika kulturella och socio-ekonomiska förutsättningar.

Kliniska implikationer

I det kliniska arbete som arbetsterapeut är det viktigt att sätta igång en återhämtningsresa där klienten får möjlighet att engagera sig i aktiviteter som är meningsfulla. Genom att ge personer med psykisk ohälsa möjlighet att engagera sig i meningsfulla aktiviteter kan detta öka deras aktivitetsengagemang som också leder till bättre livskvalitet samt att detta främjar psykisk hälsa. När deltagarna fick möjligheter att engagera sig i meningsfulla aktiviteter upplevde de en snabbare återhämtning samt tillfredsställelse. Dessa faktorer bidrog också till att deltagare upplevde en ökad delaktighet i samhället samt att de ökade sitt aktivitetsengagemang. Författarna till den här litteraturstudien menar att detta visar att aktivitetsengagemang är en viktig faktor för att hjälpa personer att återhämta sig från psykisk ohälsa.

Referenser

Litteraturoversiktens inkluderade artiklar är markerade med fetstil.

Areberg, C., & Bejerholm, U. (2013). The effect of IPS on participants' engagement, quality of life, empowerment, and motivation: a randomized controlled trial. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 20(6), 420–428. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.3109/11038128.2013.765911>

Argentzell, E., Bäckström, M., Lund, K., & Eklund, M. (2020). Exploring mediators of the recovery process over time among mental health service users, using a mixed model regression analysis based on cluster RCT data. *BMC Psychiatry*, 20. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1186/s12888-020-02924-2>

Bejerholm, U. (2020). Aktivitetsengagemang. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet & relation - Mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2 uppl., s. 161–179). Studentlitteratur.

Bejerholm, U., & Eklund, M. (2007). Occupational engagement in persons with schizophrenia: relationships to self-related variables, psychopathology, and quality of life. *American Journal of Occupational Therapy*, 61(1), 21–32. <https://doi.org/10.5014/ajot.61.1.21>

Bejerholm, U., & Hultqvist, J. (2020). Bedömning av aktivitetsförmåga. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet & relation - Mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2 uppl., s. 197–220). Studentlitteratur.

Bejerholm, U., & Roe, D. (2018). Personal recovery within positive psychiatry. *Nordic Journal of Psychiatry*, 72(6), 420–430. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/08039488.2018.1492015>

Caddy, L., Crawford, F., & Page, A. C. (2012). “Painting a path to wellness”: correlations between participating in a creative activity group and improved measured mental health

outcome. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 19(4), 327–333. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/j.1365-2850.2011.01785.x>

Dychawy Rosner, I. (2012). Aktionsforskning & fallstudier. I M. Granskär & B. Höglund-Nielsen (Red.), *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (2 uppl., s. 27–42). Studentlitteratur.

Edgelow, M., & Krupa, T. (2011). Randomized Controlled Pilot Study of an Occupational Time-Use Intervention for People With Serious Mental Illness. *American Journal of Occupational Therapy*, 65(3), 267–276. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.5014/ajot.2011.001313>

Eklund, M. (2020a). Arbetsterapi på olika nivåer. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet & relation - Mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2 uppl., s. 73–87). Studentlitteratur.

Eklund, M. (2020b). Grupper i arbetsterapi. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet & relation - Mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2 uppl., s. 89–103). Studentlitteratur.

Eklund, M., & Argentzell, E. (2016). Perception of occupational balance by people with mental illness: A new methodology. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 23(4), 304–313, DOI: 10.3109/11038128.2016.1143529

Eklund, M., Argentzell, E., Bejerholm, U., Brunt, D., & Tjörnstrand, C. (2020). Outcomes of the Active in My Home (AiMH) intervention for people with psychiatric disabilities in supported housing: A longitudinal pilot and feasibility study. *The British Journal of Occupational Therapy*, 83(1), 6–14. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1177/0308022619888872>

Eklund, M., Gunnarsson, A. B., Sandlund, M., & Leufstadius, C. (2014). Effectiveness of an intervention to improve day centre services for people with psychiatric disabilities. *Australian Occupational Therapy Journal*, 61(4), 268–275. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/1440-1630.12120>

Eklund, M., Leufstadius, C., & Bejerholm, U. (2009). Time use among people with psychiatric disabilities: Implications for practice. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 32(3), 177–191. <https://doi.org/10.2975/32.3.2009.177.191>

Eklund, M., Tjörnstrand, C., Sandlund, M., & Argentzell, E. (2017). Effectiveness of Balancing Everyday Life (BEL) versus standard occupational therapy for activity engagement and functioning among people with mental illness - a cluster RCT study. *BMC Psychiatry*, 17(1), 363. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1186/s12888-017-1524-7>

Fisher, A. G. (2009). *Occupational Therapy Intervention Process Model: A model for planning and implementing top-down, client-centered, and occupation-based interventions*. Ft. Collins, CO, Three Star Press.

Flyckt, L. (2016). Psykiatrisk rehabilitering. I J. Herlofson, L. Ekselius, A. Lundin, B. Mårtensson & M. Åsberg (Red.), *Psykiatri* (2 uppl., s 765–780). Studentlitteratur.

Foldemo, A. (2019). Mötet med personer med psykisk ohälsa i olika öppenvårdsformer. I I. Skärsäter & L. Wiklund Gustin (Red.), *Omvårdnad vid psykisk ohälsa - på grundnivå* (3 uppl., s. 501-516). Studentlitteratur.

Folkhälsomyndigheten. (december 2020). *Vuxna - psykisk hälsa*. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vuxna--psykisk-halsa/>

Folkhälsomyndigheten (mars 2021). *Vad är psykisk hälsa?* <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vad-ar-psykisk-halsa/>

Forsberg, C., & Wengström, Y. (2016). *Att göra systematiska litteraturstudier: Värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning* (4 uppl.). Natur & Kultur.

Friberg, F. (2017a). Att göra en litteraturoversikt. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (3 uppl., s. 141–152). Studentlitteratur.

Friberg, F. (Red.). (2017b). *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (3 uppl.). Studentlitteratur.

Goldberg, B., Brintnell, E.S., & Goldberg, J. (2002). The relationship between engagement in meaningful activities and quality of life in persons disabled by mental illness. *Occupational Therapy in Mental Health*, 18(2), 17–44. DOI:10.1300/J004v18n02_03

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.ludwig.lub.lu.se/10.1111/1440-1630.12034>

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>

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>

Hälso- och sjukvårdslag (SFS 2017:30). Socialdepartementet.
https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/halso--och-sjukvardslag_sfs-2017-30

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

Leufstadius, C., & Tjörnstrand, C. (2020). Skapande aktivitet som intervention. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet & relation - Mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2 uppl., s. 253–269). Studentlitteratur.

Levander, S., Adler, H., Gefvert, O. & Tuninger, E. (2017). *Psykiatri: en orienterande översikt*. (3 uppl.). Studentlitteratur.

Lexén, A., & Bejerholm, U. (2018). Occupational engagement and cognitive functioning among persons with schizophrenia: an explorative study. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 25(3), 172–179. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/11038128.2017.1290135>

Lindström, M., Hariz, G.-M., & Bernspång, B. (2012). Dealing with real-life challenges: Outcome of a home-based occupational therapy intervention for people with severe psychiatric disability. *OTJR: Occupation, Participation and Health*, 32(2), 5–13. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.3928/15394492-20110819-01>

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.ludwig.lub.lu.se/10.1080/11038128.2017.1409266>

Morris, K., & Cox D. L. (2017) Developing a descriptive framework for “occupational engagement”. *Journal of Occupational Science*, 24(2), 152-164. DOI: 10.1080/14427591.2017.1319292

Pépin, G. (2020). Aktivitetsengagemang: Hur människor uppnår förändring. I R. R. Taylor (Red.), *Kielhofners Model of Human Occupation - Teori och tillämpning* (2 uppl., s. 239–248). Studentlitteratur.

Polatajko, H. J., E., Davis, J., Stewart, D., Cantin, N., Amoroso, B., Purdie, L., & Zimmerman, D. (2013). Specifying the domain of concern: Occupation as core. I. E. A. Townsend & H. J. Polatajko (Red.), *Enabling occupation II: advancing an occupational therapy vision for health, well-being, & justice through occupation* (2 uppl., s.13–36). Canadian Association of Occupational Therapists.

Rebeiro K.L., & Cook J.V. (1999). Opportunity, not prescription: an exploratory study of the experience of occupational engagement. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 66(4),

176–187. <https://doi.org/10.1177/000841749906600405>

Segersten, K. (2017). 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.

Socialstyrelsen (15 maj 2019). *Långvarig psykisk ohälsa en utmaning för vården*.
<https://www.socialstyrelsen.se/om-socialstyrelsen/pressrum/press/langvarig-psykisk-ohalsan-utmaning-for-varden/>

Tjörnstrand, C., Bejerholm, U., & Eklund, M. (2013). Participation in day centres for people with psychiatric disabilities—A focus on occupational engagement. *The British Journal of Occupational Therapy*, 76(3), 144–150. [https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.4276/030802213X13627524435225](https://doi.org.ludwig.lub.lu.se/10.4276/030802213X13627524435225)

World Health Organization. (30 mars 2018). *Mental health: strengthening our response*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

World Medical Association. (9 juli 2018). *WMA declaration of Helsinki – ethical principles for medical research involving human subjects*. <https://www.wma.net/policies-post/wmadeclaration-of-helsinki-ethical-principles-for-medical-research-involving-human-subjects/>

World Health Organization. (november 2019). *Mental disorders*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

Whittemore, R., & Knafl, K. (2005). The integrative review: updated methodology. *Journal of advanced nursing*, 52(5), 546–553. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x>

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

Bilaga 1 (1)

Sökschema

MEDLINE 8/10	Sökord	Antal träffar	Lästa abstracts	Lästa i heltext	Utvalda artiklar
S1	Occupational engagement OR meaningful activity	13, 479	0	0	0
S2	(MH “Mental Disorders+”)	1, 318, 399	0	0	0
S3	“Occupational therapy”	34, 050	0	0	0
S4	S1 AND S2 AND S3	270	0	0	0
S5	(S1 AND S2 AND S3) NOT literature review	257	0	0	0
S6	(S1 AND S2 AND S3) NOT literature review Filters: peer reviewed, 2011–2021, English, Adult 18+	132	26	12	7(2 dubletter)

Bilaga 1 (2)

Sökschema

CINAHL 8/10	Sökord	Antal träffar	Lästa abstracts	Lästa i heltext	Utvalda artiklar
S1	Occupational engagement OR meaningful activity	7, 139	0	0	0
S2	(MH “Mental Disorders+”)	607,416	0	0	0
S3	“Occupational therapy”	42,730	0	0	0
S4	S1 AND S2 AND S3	258	0	0	0
S5	(S1 AND S2 AND S3) NOT literature review	241	0	0	0
S6	(S1 AND S2 AND S3) NOT literature review Filters: peer reviewed, 2011–2021, English, all adult	64	14	4	1

Bilaga 1 (3)

Sökschema

PsycInfo 8/10	Sökord	Antal träffar	Lästa abstracts	Lästa i heltext	Utvalda artiklar
S1	Occupational engagement OR meaningful activity	11,149	0	0	0
S2	(MH “Mental Disorders+”)	353,373	0	0	0
S3	“Occupational therapy”	20,563	0	0	0
S4	S1 AND S2 AND S3	178	0	0	0
S5	(S1 AND S2 AND S3) NOT literature review	173	0	0	0
S6	(S1 AND S2 AND S3) NOT literature review Filters: peer reviewed, 2011–2021, English, adulthood (18 yrs & older)	71	14	8	4

Bilaga 2 (1)

Översiktstabell Litteratur.

ARTIKEL	LAND & ÅR	SYFTE	METOD	URVAL	INTERVENTION	RESULTAT	KVALITET S- NIVÅ	
1	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.	Norge 2014	Undersöka hur deltagarnas engagemang i skapande i grupp har stöttat deras sätt att hantera vardagens aktiviteter.	Kvalitativ, Etnografisk	Deltagare från mötesplats. Kommun. N=12	Skapande i grupp på en mötesplats.	Skapande aktivitet i grupp bidrog till en känsla stabilitet, rutiner och stöd av varandra.	Medel
2	Eklund, M., Tjörnstrand, C., Sandlund, M., & Argentzell, E. (2017). Effectiveness of Balancing Everyday Life (BEL) versus standard occupational therapy for activity engagement and functioning among people with mental illness - a cluster RCT study. <i>BMC Psychiatry</i> , 17(1), 363.	Sverige 2017	Utvärdera effektiviteten av Vardag i Balans (ViB) jämfört med care as usual (CAU) för personer med psykisk ohälsa i specialiserad och kommun-baserad psykiatri.	Kvantitativ, RCT	37 st. allmän och psykos-mottagningar inom öppenvård samt alla kommunala i 3 svenska regioner. 133 deltagare från BEL. 93 från CAU. N=226	Vardag i Balans (ViB) jämfört med "care as usual" (CAU)	De som genomgick ViB förbättrades mer än jämförelsegruppen gällande aktivitetsengagemang, aktivitetsnivå och aktivitetsbalans.	Hög
3	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. <i>Scandinavian Journal of Occupational Therapy</i> , 26(1), 55–68.	Sverige 2019	Undersöka deltagares uppfattning av gruppen i Vardag i Balans (ViB); framförallt vad som är meningsfullt vid deltagandet i en grupp.	Kvalitativ, Grounded Theory	ViB-deltagare Kommun och öppenvård. N=19	Vardag i Balans (ViB)	Medverkan i gruppen gjorde att man bröt isolationen och började utveckla relationer och kände samhörighet med andra som sitter i samma båt. Gruppen hjälpte deltagarna att skapa mening i livet igen. Fokus på joining, belonging och re-valueing.	Medel
4	Edgelow, M., & Krupa, T. (2011). Randomized controlled pilot study of an occupational time-use intervention for people with serious mental illness. <i>The American Journal of Occupational Therapy : Official Publication of the American Occupational Therapy Association</i> , 65(3), 267–276.	Kanada 2011	Undersöka effekten av AOI för personer med psykisk ohälsa som bor på gruppböende.	Kvantitativ, RCT	ACT-teams Öppenvård. N=18	Action Over Interia (AOI) jämfört med Assertive Community Treatment (ACT) AOI-interventionens deltagare fick också ACT.	Behandlingsgruppen (AOI) höjde sin aktivitetsbalans genom att spendera 47 minuter mer per dag i aktivitet än ACT- gruppen. Deltagarna hade blivit bättre på att använda sin tid i aktiviteter.	Medel

5	Areberg, C., & Bejerholm, U. (2013). The effect of IPS on participants' engagement, quality of life, empowerment, and motivation: a randomized controlled trial. <i>Scandinavian Journal of Occupational Therapy</i> , 20(6), 420–428.	Sverige 2013	Undersöka effektiviteten av Individual Placement and Support (IPS)	Kvantitativ, RCT	Deltagare med regelbunden kontakt med psykiatri och som inte jobbat det senaste året. 20–65 år N=120	Individual Placement and Support (IPS) jämfört med Traditional Vocational Rehabilitation (TVR)	IPS-deltagarna förändrade sitt aktivitetsmönster och tidsanvändning. Ökade sitt aktivitetsengagemang i dagliga aktiviteter och i samhällslivet, det gjorde inte TVR-deltagarna.	Hög
6	Tjörnstrand, C., Bejerholm, U., & Eklund, M. (2013). Participation in day centres for people with psychiatric disabilities -- a focus on occupational engagement. <i>British Journal of Occupational Therapy</i> , 76(3), 144–150.	Sverige 2013	Öka kunskapen om dagcenterbesökarens engagemang i aktiviteter på dagcenter.	Kvalitativ	Deltagare från sex dagcenter från fyra kommuner. N=88	Dagcenter	Deltagarna upplevde en känsla av sammanhang, struktur och rutiner för vardagen. När deltagarna klarade små uppgifter självständigt och senare nådde sina uppsatta mål blev de mer engagerade i aktivitet. Deltagarna upplevde en ökad kontroll över sitt vardagliga liv.	Hög
7	Lindström, M., Hariz, G.-M., & Bernspång, B. (2012). Dealing with real-life challenges: Outcome of a home-based occupational therapy intervention for people with severe psychiatric disability. <i>OTJR: Occupation, Participation and Health</i> , 32(2), 5–13.	Sverige 2012	Utvärdera klienters hälsa och förmåga att utföra aktiviteter i dagliga livet (ADL) efter att ha genomgått en aktivitetsbaserad intervention	Kvantitativ	Deltagare från stödboende. 27-66 år N=17	Intervention baserad på Everyday Life Rehabilitation (ELR)	Intervention baserad på ELR tycktes vara en bra intervention gällande att stötta individer att välja en god livsstil, engagera sig i aktivitet och bli mer socialt delaktiga i samhället	Medel
8	Argentzell, E., Bäckström, M., Lund, K., & Eklund, M. (2020). Exploring mediators of the recovery process over time among mental health service users, using a mixed model regression analysis based on cluster RCT data. <i>BMC Psychiatry</i> , 20.	Sverige 2020	1) undersöka olika aspekter av aktivitet som kan ha en påverkan på återhämtning hos personer med psykisk ohälsa 2) Utforska effekten av Vardag i Balans (ViB) jämfört med Standard Occupational Therapy (SOT) på personlig återhämtning hos personer som får psykiatrisk vård.	Kvantitativ, kluster RCT	133 st. Deltagare Vardag i Balans och 93 i standard occupational therapy. N=226	Vardag i Balans (ViB) jämfört med standard occupational therapy (SOT)	Resultatet visar att det inte var någon skillnad gällande behandlingseffekten mellan de två interventionerna. Deltagarna i bägge grupper upplevde ökat aktivitetsengagemang, självkontroll, aktivitetstillfredsställelse och färre symptom.	Hög

9	Eklund, M., Argentzell, E., Bejerholm, U., Brunt, D., & Tjörnstrand, C. (2020). Outcomes of the Active in My Home (AiMH) intervention for people with psychiatric disabilities in supported housing: A longitudinal pilot and feasibility study. <i>British Journal of Occupational Therapy</i> , 83(1),	Sverige 2020	Utforska om deltagare i en Aktiv i Mitt Hem-intervention visade förändring gällande aktivitet och återhämtning från före till genomgången intervention, om tillfredställelsen med AiMH relaterade till dessa förändringar och om förändringarna var stabila vid uppföljning.	Kvantitativ, longitudinell	Deltagare från sju stöd-boenden. N=29	Aktiv i Mitt Hem (AiMH)	Förbättring av deltagarnas aktivitetsengagemang och återhämtning från början till slut. Aktivitetsengagemanget var även stabilt vid uppföljning. Psykosocial funktion och symtom hade förbättrats.	Medel
10	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. <i>BMC Psychology</i> , 6(1), 1-10.	Sverige 2018	Jämföra kortsiktiga effekter av Tree Theme Method® (TTM) med vanlig arbetsterapi för människor med depression- och/eller ångestdiagnoser.	Kvantitativ RCT	Deltagare från tre kommuner. 18–65 år. N=121	Tree Theme Method® (TTM) jämfört med vanlig arbetsterapi	Både grupperna visade positiva effekter gällande nästan alla aspekter av aktiviteter i vardagliga livet, psykologiska symtom och hälso-relaterade och interventions-relaterade aspekter. Ingen skillnad kunde ses mellan kortsiktiga effekter bland de två grupperna.	Hög
11	Gunnarsson, A. B., & 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.	Sverige 2013	Utvärdera om förändringar hos klienter som genomgått Tree Theme Method® (TTM) gällande välmående och vardagliga aktiviteter består tre år efter avslutat deltagande.	Kvantitativ longitudinell	Deltagare (6 män och 29 kvinnor. 18-60 år N=35	Tree Theme Method® (TTM)	Deltagarnas psykiska symtom, självbehärskning, aktivitetsnivå och omfattning av tillfredsställelse med utförda aktiviteter var stabila. Positiva förändringar gällande känsla av sammanhang, aktivitetsutförande och tillfredsställelse med aktivitetsutförande.	Medel
12	Eklund, M., Gunnarsson, A. B., Sandlund, M., & Leufstadius, C. (2014). Effectiveness of an intervention to improve day centre services for people with psychiatric disabilities. <i>Australian Occupational Therapy Journal</i> , 61(4), 268–275.	Sverige 2014	Undersöka effektiviteten i en skraddarsydd intervention som syftar till att förbättra dagcenter för personer med psykiatriska funktionsnedsättningar.	Kvantitativ kluster RCT	Åtta dagcenter deltog där 57 personer tilldelades interventionen och 51 hamnade i jämförelsegruppen N=108	Dagcenter med skraddarsydda interventioner jämfört med vanliga dagcenter.	Deltagarna i jämförelsegruppen hade fler positiva upplevelser av interventionen. Vid uppföljningen efter 14 månader kunde inga större skillnader påvisas mellan de två grupperna gällande förändringar i upplevde meningsfullhet av aktiviteterna på dagcenter, tillfredsställelse med vardagliga aktiviteter och livskvalitet.	Hög