



LUNDS
UNIVERSITET
Socialhögskolan

“Är vi bara försiktiga så löser det sig nog”

*En kvalitativ undersökning utifrån KASAM av BUP-kuratorers
upplevelser av arbetstillvaro och möjligheter till välbefinnande
inom barn- och ungdomspsykiatri under Covid-19-pandemin.*

Vincent Krichau
Adam Söderqvist

Kandidatuppsats SOPA 63
VT 2022

Handledare: Jayne Jönsson

ABSTRACT

Authors: Vincent Krichau, Adam Söderqvist

Title: *“Är vi bara försiktiga så löser det sig nog” - En kvalitativ undersökning utifrån KASAM av BUP-kuratorers upplevelser av arbetstillvaro och möjligheter till välbefinnande inom barn- och ungdomspsykiatrin under Covid-19-pandemin.*

Supervisor: Jayne Jönsson

Assessor: Johan Cronehed

This bachelor thesis focuses on seven clinical social workers in child and adolescent psychiatry and their experiences of dealing with swift changes, unclear context and hazards associated with working during the COVID-19 Pandemic. The purpose was to examine how they reason out about their well-being and how they have handled the new context during this period. Their experiences were gathered through qualitative interviews. To analyze the material we used a theoretical base of Aaron Antonovsky's Sense of coherence and its components comprehensibility, manageability and meaningfulness. We found that fast changing context was described as causing stress and worry. We also found that social support from colleagues and past experience was described as a clear contribution in making the context comprehensible and manageable. Collegial community and feelings of responsibility appear to contribute to making the work related context feel meaningful.

Keywords: Sense of coherence, KASAM, covid-19, health workplace, clinical social work, child and adolescent psychiatry.

ABSTRACT	2
1. INLEDNING	5
1.1 Bakgrund	5
1.2 Problemformulering	6
1.3 Syfte och frågeställningar	7
2. KUNSKAPSLÄGET	8
2.1 Vårdrelaterat arbete under Covid-19-pandemin	8
2.2 Sammanhangets påverkan på hälsa och välbefinnande	12
3. TEORI	14
3.1 Vad innebär välbefinnande?	14
3.2 Känsla av sammanhang	14
3.2.1 Två typer av motståndsresurser	15
3.2.2 KASAM:S relation till välbefinnande	15
3.2.3 KASAM som teoretisk grund	16
3.3 Begrepp	17
4. METOD	18
4.1 Val av metod	19
4.2 Urval och rekrytering	21
4.3 Genomförande	22
4.4 Ytterligare metodologiska reflektioner	23
4.5 Tillförlitlighet och delkriterier	25
4.6 Etiska överväganden	26
5. RESULTAT OCH ANALYS	28
5.1 En oförutsägbar tillvaro	29
5.2 Att handskas med den nya tillvaron	35
5.3 Att finna motivation i en påfrestande tillvaro	42
5.4 Helhetens påverkan på tillvaron	45
6. SLUTSATS	48
7. SLUTDISKUSSION	50
8. REFERENSER	51

9. BILAGOR	56
Bilaga 1: Respondenttabell	56
Bilaga 2: Tematiseringsprocessen	57
Bilaga 3: Intervjuguide.	58
Bilaga 4: Informations- och samtyckesblankett	60

1. INLEDNING

I detta inledande kapitel presenteras vad studien handlar om samt vilket område som vi vill undersöka. Inkluderat i detta kapitel finns även vårt syfte och våra frågeställningar.

1.1 Bakgrund

Under de senaste två åren har Covid-19-pandemin påverkat stora delar av samhället. Under de sista dagarna av 2019 började media runt om i världen rapportera om det nya viruset som upptäckts i Wuhan, Kina (Reuters 2019). Den 31 januari 2020 bekräftades det första Covid-19-fallet i Sverige (Folkhälsomyndigheten 2020) och i mars 2020 tog smittspridningen fart på allvar i det svenska samhället vilket resulterade i ett införande av restriktioner i varierande omfattning samt en ny tillfällig pandemilag (SFS 2021:8).

Den svenska vården har sedan dess behövt anpassa sig i takt med pandemins framfart vilket har lett till stora omställningar. Inte minst så har pandemin innefattat stora utmaningar inom den psykiatriska vården (SKR 2020b, s. 43). Dels har omställningar och utmaningar bestått av att minimera smittorisken genom speciella pandemivårdavdelningar, dels av införandet av restriktioner gentemot permissioner och besök. En aspekt av omställningarna har varit att minska antalet fysiska möten. Inom psykiatrin kan det fysiska mötet vara avgörande för klienten både när det gäller bedömning av klientens mående men också då klienten kan ha ett behov av att möta vårdpersonal (ibid.).

Inom den psykiatriska vården minskade besöken med ett stort antal under mars och maj 2020 för att under sommaren återgå till nästan samma nivå som året innan (SKR 2020a, s. 32). Under första vågen av Covid-19-pandemin fick öppenvården handskas med avbokningar och inställda möten men också av sjukskrivningar hos personalen.

En snabb omställning krävdes inom öppenvårdspsykiatrien varpå nya sätt att exempelvis göra hembesök och använda sig av digitala videomöten växte fram (SKR 2020b, s. 44).

Barn- och ungdomspsykiatrien (BUP) har sedan några år befunnit sig i en svår situation och även i år rapporteras det om långa köer för att komma i kontakt med BUP samt brist på personal inom organisationen (Sveriges Radio 2022). Situationen uppges vara påfrestande och frustrerande för personalen som behöver arbeta mot en till synes ändlös uppgift att komma ikapp vårdköen. BUP har under 2020 genomfört flera förändringar i organisationen med avsikt att öka tillgängligheten och effektiviteten för att motverka dessa problem. Bland annat har BUP centraliserat all rådgivning och kontakt för patienter utan fast vårdkontakt samt implementerat fler manualbaserade rutiner för bedömning och utredning (Socialstyrelsen 2021b, s. 26).

1.2 Problemformulering

Personal inom hälso- och sjukvård har i jämförelser med allmänheten före Covid-19-pandemin visat sig lida högre risk att bli utbrända (Munn, Liu, Swick, Rose, Broyhill, New & Gibbs 2021, s. 34). Ökade påfrestningar till följd av pandemin har inneburit en ökad risk för vårdpersonalens välbefinnande (Munn et al. 2021, s. 24) som även under den här perioden uppges vara sämre än allmänhetens (DiGiovanni, Weller & Martin 2021, s. 2). I en studie från USA påpekas det att personal inom barn- och ungdomspsykiatrien har en särskild position i det här scenariot då deras arbete med pandemins psykosociala konsekvenser är en del i samhällets väg ut ur krisen. Under den här perioden var det de som hanterade barn och ungas mående samtidigt som de själva var utsatta för pandemins påfrestningar. Vidare påstår de att liknande fenomen går att se i flera andra länder (ibid.).

Den omfattande omställningen som skett inom Sveriges hälso- och sjukvård under pandemin, samt de förändrade arbetssätten, så som nya digitala verktyg, har påverkat personalens tillvaro och arbetsmiljö (SKR 2020b, s. 44). Påfrestningar inom hälso-

och sjukvård som ökat riskerna för personalens välbefinnande, så som hög arbetsbelastning och brist på personal, har förvärrats under pandemin och inneburit förändringar inom verksamheterna (Munn et al. 2021, s. 32). Då BUP utöver Covid-19-pandemins utmaningar har påverkats av långa vårdköer och personalbrist, vilket har uppgetts vara frustrerande och påfrestande för personalen, så vill vi undersöka hur upplevelser av deras arbetstillvaro sett ut under perioden våren 2020 till våren 2022 samt vilka eventuella påfrestningar den inneburit.

Inom hälso- och sjukvården är kuratorn den som bidrar med ett psykosocialt och socialrättsligt perspektiv i stödet och behandlingen av patienter och närstående, vilket ofta innebär en samverkande roll (Akademikerförbundet SSR u.å.). I och med kuratorernas unika roll inom psykiatrin så anser vi det intressant att specifikt undersöka deras egna upplevelser av att handskas med den nya arbetstillvaron inom BUP:s ansträngda organisation under Covid-19-pandemin. Vi anser det särskilt angeläget utifrån den risk som pandemin har inneburit för kuratorernas hälsa och möjligheter till välbefinnande (Munn et al. 2021, s. 33).

1.3 Syfte och frågeställningar

Syftet är att undersöka hur BUP-kuratorer upplever att Covid-19-pandemin har påverkat deras möjligheter till välbefinnande samt hur de har handskats med den nya tillvaron och de eventuella påfrestningar den inneburit.

Våra frågeställningar är följande:

- Hur resonerar BUP-kuratorer kring Covid-19-pandemins påverkan på deras möjligheter till välbefinnande i arbetstillvaron?
- Hur resonerar BUP-kuratorer kring eventuella nya påfrestningar som Covid-19-pandemin inneburit för dem samt deras sätt att handskas med dessa?

2. KUNSKAPSLÄGET

I detta kapitel presenteras en redogörelse av kunskapsläget för vårt valda område. Vi har använt oss av databasen LUBsearch för att finna relevant litteratur, forskning och artiklar. Sökord som har använts är *work well-being, covid-19, well-being, healthcare, KASAM, Sense of coherence*. Vi har även under sökprocessen använt oss av kedjesökning för att hitta ytterligare relevanta artiklar. Kunskapsläget presenteras under avsnitten *Vårdrelaterat arbete under Covid-19-pandemin* och *Sammanhangets påverkan på hälsa och välbefinnande*.

2.1 Vårdrelaterat arbete under Covid-19-pandemin

Sibeoni, Manolios, Costa-Drolon, Meuiner, Verneuil & Revah-Levy (2021) bedrev under perioden mars till juli 2020 en undersökning vars syfte var att utforska hur Covid-19-pandemin påverkat anställda inom barn- och ungdomspsykiatri i relation till deras arbete. Covid-19-pandemin har resulterat i att familjer världen över erfarit en ökad risk för ångest och psykiska problem, särskilt drabbade har barn med redan existerande psykiatriska problem varit (Sibeoni et al. 2021, s. 2). Till följd av detta så har barn- och ungdomspsykiatriker runt om i världen varit tvungna att anpassa sin arbetspraxis på grund av exempelvis samhälleliga nedstängningar och sociala distansåtgärder. Detta har inneburit att barn- och ungdomspsykiatriker har behövt digitalisera mycket av det arbete som innan pandemin var bundet till arbetsplatsen, däribland möten med klienter.

Vidare diskuterar de hur barn- och ungdomspsykiatriker i sitt arbete under pandemin har utsatts för både fysiska och mentala risker, däribland utbrändhet, ångest och depression (ibid.). Detta stämmer överens med Munn et al. (2021, s. 25) som påvisat hur Covid-19-pandemin inneburit ökade risker för vårdpersonal, och nämner specifikt risken för utbrändhet som ett exempel. I likhet med Sibeoni et al. (2021) så har Munn et al. (2021, s. 24) undersökt vårdpersonals ökade utmaning under

Covid-19-pandemin, vilket framförallt inneburit att balansera knapphändiga resurser mot behandlingskvalitet och ett ökat tryck på vården. Vidare beskriver Sibeoni et al. (2021, s. 2) hur barn- och ungdomspsykiatriker i sitt arbete under pandemin har utsatts för både fysiska och mentala risker, däribland utbrändhet, ångest och depression.

Munn et al. (2021, s. 25) beskriver i sin tur faktorer som innebar ökade risker för vårdpersonalens välbefinnande. Dessa faktorer innefattar bland annat en lägre nivå av resiliens, det vill säga en sämre förmåga att hantera yttre påfrestningar och hot, samt känslor av att organisationen saknade förståelse för det emotionella stöd som vårdpersonalen har behövt under Covid-19-pandemin. Ökad arbetsbelastning och bristande bemanning för att möta patienternas behov bidrog också till risker för personalens välbefinnande. De faktorer som å andra sidan bidrog till högre resiliens hos respondenterna beskrivs som upplevelsen av att organisationen förstod det emotionella stöd som vårdpersonalen behövde, samt stöd och ledarskap från sina närmaste chefer (ibid.).

Sibeoni et al. (2021, s. 5f) beskriver tre olika upplevelser av att arbeta under Covid-19-pandemin utifrån de 39 barn- och ungdomspsykiatriker som deltog i deras studie. Dessa listas som *lost in time, lost in space, the body of child and adolescent psychiatrists and patients* och *unpleasant emotions*. *Lost in time, lost in space* beskriver hur respondenterna upplevt förvirring kring sin arbetssituation under Covid-19-pandemin. Deras förvirring beskrivs som en känsla av att inte känna sig hemma i att möta klienter digitalt samt att de heller inte träffade kollegor eller befann sig fysiskt på arbetsplatsen (Sibeoni et al. 2021, s. 6). Flertalet barn- och ungdomspsykiatriker beskrev hur de varit tvungna att arbeta hemifrån och således inte haft tillgång till varken formella eller informella samtal med kollegor. Dessutom uppgav flera respondenter att de kände sig låsta i nuet under pandemin då de upplevde det svårt att boka in framtida fysiska möten med klienter eftersom det var ovisst när den typen av möten skulle bli tillåtna igen (Sibeoni et al. 2021, s. 6).

Den andra upplevelsen beskrivs som *the body of child and adolescent psychiatrists and patients* vilket beskriver respondenternas oroliga och förvirrande upplevelse av avsaknaden av fysiska möten och beröring i sitt arbete till följd av restriktioner (Sibeoni et al. 2021, s. 6ff). En del respondenter medgav att de ibland valt att bortse från sin arbetsplats restriktioner genom att fysiskt trösta framförallt yngre klienter genom att exempelvis ge dem en kram.

Utöver avsaknaden av fysisk beröring så beskrev delar av respondenterna även problematiken i att inte se sina klienter (Sibeoni et al. 2021, s. 10). Klientmöten över telefon resulterade i att respondenterna inte kunde se sina klienter alls, digitala möten i att de endast såg överkroppen av klienter och under fysiska möten, på grund av ansiktsmasker, hade svårigheter att läsa av ansiktsuttryck. Till följd av detta fortsatte en del respondenter att ta emot klienter fysiskt på sin arbetsplats medan de försökte respektera förhållningsregler och restriktioner. Problematiken innefattade dock fortfarande att respondenterna stundvis hade svårt att greppa klienters emotionella respons, exempelvis när en ung klient använde sig av sarkasm och hans ansiktsuttryck inte gick att läsa av på grund av ansiktsmasken varpå det som sades lika väl kunde tolkas seriöst av barn- och ungdomspsykiatrikern (ibid.).

Den tredje och sista upplevelsen sammanfattar Sibeoni et al. (2021, s. 6, 11) som *unpleasant emotions* och förklarar hur respondenter i deras studie uttalat känslor av obehag, ångest och ensamhet under Covid-19-pandemin. Flera respondenter beskrev sin sorg över pandemins konsekvenser för människors hälsa, sociala liv och ekonomi. Däribland var de oroliga över pandemins effekter på den mentala hälsan hos människor, framförallt hos barn och unga.

Samtliga respondenter beskrev att Covid-19-pandemin har framkallat ångest hos dem, varpå flera nämnde att de har vårdats, haft ångest eller varit oroliga för sin egen hälsa, sina nära och kära och för sina klienter. Dessutom beskrev flertalet respondenter hur de fann det svårt att arbeta hemifrån utan sina kollegors närhet. De beskrev en vikt i att träffa sina kollegor både i formella och i informella sammanhang

och att de under pandemin blivit mer medvetna om vikten av småprat och fikaraster under arbetsdagen där de har en möjlighet till återhämtning och vila (Sibeoni et al. 2021, s. 11f). Samtliga respondenter, framförallt de som arbetade hemifrån, berättade att de även har strävat efter att hålla en regelbunden kontakt med sina kollegor och att de ofta föredrog att ta sig in till arbetsplatsen dels för att skilja på sitt privatliv och sitt yrkesliv men dels också just för att träffa sina kollegor.

Sibeonis et al. (2021) studie och teman påvisar många likheter med DiGiovanni, Weller och Martins (2021) studie där de undersökt den personliga och professionella påverkan som Covid-19-pandemin haft på utveckling och utövande hos barn- och ungdomspsykiatriker.

DiGiovanni, Weller och Martin (2021, s. 4) beskriver att Covid-19-pandemin delvis har fungerat som ett slags uppvaknande som exponerat missnöje på arbetsplatsen. Detta missnöje beskrevs av respondenterna som ineffektivitet under det dagliga arbetet, hinder för patientvård samt en försämrad interprofessionell relation vilket i sin tur bidrog med ett försämrat förtroende gentemot andra discipliner inom samma yrke.

DiGiovanni, Weller och Martin (2021, s. 5) beskriver även hur vissa respondenter ansåg att digitala möten var mer effektiva, exempelvis genom att personer inte behöver pendla till möten, att det blir mindre småprat och att de inte slösar lika mycket tid. Covid-19-pandemin beskrevs vidare av en del respondenter som att ha fungerat som en upplivande kraft för förändring vilket bidragit med att problematiska aspekter av arbetet kommit fram i ljuset och därigenom blivit prioriterade att lösas. Dessutom förklarade respondenterna hur de under pandemin upplevt en förnyad tacksamhet gentemot kollegor och en större uppskattning för andras hårda arbete (DiGiovanni, Weller & Martin 2021, s. 10f). Detta bidrog inte bara med en positiv omformulering av pandemins svårigheter utan även med nytt engagemang bland de anställda.

Den tidigare forskning som presenteras i det här avsnittet är från flera olika länder. Sjukvården och vårdarbetet kan således skilja sig från den svenska sjukvården. Kontexten kan exempelvis variera mellan de olika länderna beroende på ländernas hantering av pandemin, de olika sjukvårdssystemens organisering samt olika omfattande smittspridning. Munn et al. (2021) har undersökt välbefinnande hos sjukvårdspersonal under Covid-19-pandemin inom flera olika inriktningar inom USA:s sjukvård vilket gör det svårare att överföra på vår urvalsgrupp. DiGiovanni, Weller och Martin (2021) samt Sibeoni et al. (2021) har studerat Covid-19-pandemins påverkan på barn- och ungdomspsykiatriker vilket vi anser vara en nära angränsande urvalsgrupp till BUP-kuratorer sett till att de arbetar med psykiatrisk behandling av barn och unga. Även om de två sistnämnda studierna är utförda i andra länder än Sverige så anser vi att de är relevanta för vår forskning då urvalsgrupperna utgörs av personal inom barn- och ungdomspsykiatri.

Vi upplevde att det var svårt att hitta forskning som undersökte vårdpersonals upplevelser av arbetet inom svensk sjukvård under Covid-19-pandemin. Därmed har vi valt att använda den internationella forskningen som vi tagit del av för vår redogörelse av kunskapsläget.

2.2 Sammanhangets påverkan på hälsa och välbefinnande

Eriksson och Lindström (2007, s. 938) har i sin forskningsöversikt kommit fram till att starkare *känsla av sammanhang* (KASAM) bidrar till bättre livskvalitet. Enligt dem så var även KASAM på gruppnivå vad som tydligast predicerade familjers livskvalitet (Eriksson & Lindström 2007, s. 940). De menar dock att det inte finns någon universellt vedertagen definition av begreppet livskvalitet (Eriksson & Lindström 2007, s. 939). Den definition de använder sig av innefattar fysisk och psykisk hälsa i termer av positiva aspekter av hälsa såsom förmågan att hantera

svårigheter, resiliens, tillfredsställelse och autonomi. I avsnitt 3.2 presenterar vi en redogörelse för Antonovskys teori *känsla av sammanhang*.

I en tidigare undersökning fann Eriksson och Lindström (2006, s. 378) även ett samband mellan svag KASAM och en sämre upplevd hälsa samt att sambandet var oberoende av kön. Däremot hade män som upplevde svag KASAM större risk att rapportera sämre upplevd hälsa än män som upplevde stark KASAM. Upplevelserna var från personer som insjuknat i stroke eller hjärtinfarkt. I en dansk studie om KASAM i arbetsmiljö fann Albertsen, Nielsen och Borg (2001, s. 249) liknande resultat gällande sambandet mellan svag KASAM och sämre upplevd hälsa.

Albertsen, Nielsen och Borg (2001, s. 252) har undersökt KASAM:s relation till stressymptom samt kopplingen mellan den upplevda psykosociala arbetsmiljön och stress. I sin undersökning påvisar även dem en koppling mellan stark KASAM och minskade stressymptom. Vidare beskriver de även att personer med en stark KASAM hanterar ansträngningar på arbetsplatsen bättre än individer med en svag KASAM. Angående *generella motståndsresurser* (GMR) på arbetet så fann Palm och Eriksson (2018, s. 653) en avsaknad av resursen stöd från ledningen. Respondenterna arbetade hellre fler timmar än att gå till ledningen under perioder av ökad arbetsbörda. Att misslyckas med hanteringen av den ökade arbetsbördan kunde även leda till försämrat självförtroende i sin professionella roll. En beskrivning av generella motståndsresurser görs i avsnitt 3.2.1.

Utifrån KASAM kunde Albertsen, Nielsen & Borg (2001, s. 251) delvis förklara den negativa effekten av olika stressymptom genom avsaknad av faktorer som meningsfullhet i arbetet, beslutsbefogenhet, förutsägbarhet samt socialt stöd från kollegor och arbetsledare. De fann även indikationer på att konflikter på arbetsplatsen producerade fler stressymptom hos individer med en svag KASAM jämfört med personer med en stark KASAM (Albertsen, Nielsen och Borg 2001, s. 247f).

3. TEORI

I detta kapitel presenteras den teori och de begrepp vi använt oss av för att besvara studiens frågeställningar. Den definition av välbefinnande vi använt oss av, Antonovskys *Känsla av sammanhang* samt våra använda begrepp presenteras i avsnitten nedan.

3.1 Vad innebär välbefinnande?

Det finns ingen vedertagen definition av välbefinnande, däremot är det allmänt accepterat att välbefinnande bland annat inkluderar en närvaro av positiva känslor och sinnesstämning, exempelvis att känna sig nöjd, lycklig och tillfredsställd med livet (CDC 2018). Vidare innefattar välbefinnande även en frånvaro av negativa känslor som exempelvis ångest och depression.

Välbefinnande är bland annat närbesläktat med begreppet god mental hälsa. Båda begreppen syftar till att en individ har en hög positiv funktionsduglighet inom sitt mentala, fysiska och sociala område (ibid.).

3.2 Känsla av sammanhang

Ett salutogent synsätt innebär att utgå ifrån de faktorer som främjar en persons hälsa och välbefinnande (Antonovsky 2005, s. 36ff). Den här tanken skiljer sig från ett patogent perspektiv där fokus istället är på vad som orsakar sjukdom och ohälsa. Att endast se på problem utifrån ett patogent synsätt kan enligt Antonovsky innebära nödvändiga lösningar. De lösningar som utgår från ett patogent synsätt kallar han dock för magiska lösningar men inte en adekvat grund för aktiv anpassning. Detta innebär att det inte är tillräckligt att endast se till frånvaro av sjukdom för att förstå vad som gynnar god hälsa varpå ett behov finns av att komplettera med ett salutogent

synsätt för att vidare främja och upprätthålla hälsa (Antonovsky 2005, s. 36ff).

3.2.1 Två typer av motståndsresurser

Antonovsky (2005, s. 33) menar att bli utsatt för olika stressorer inte nödvändigtvis leder till hälsoskadliga konsekvenser. En grundläggande del i vad som avgör konsekvenserna av att utsättas för stressorer är generella motståndsresurser (GMR) och specifika motståndsresurser (SMR) samt förmågan att använda dessa (Vinje, Langeland & Bull 2022, s. 33). GMR är resurser som finns hos personen själv, personer i dennes närhet eller i omgivningen som gynnar hanteringen av stressorer. En generell motståndsresurs kan exempelvis vara att en person får stöd från andra personer i dennes närhet.

Specifika motståndsresurser är i sin tur sådana som mobiliseras och är hjälpsamma i specifika situationer (ibid.). Som exempel på olika SMR använde Antonovsky bland annat att ringa en stödtelefonlinje eller att som föreläsare möta en förstående persons blick i publiken. Om än effektiva vid hantering av stressorer så beskrivs de dock som beroende av tur och endast hjälpsamma i de specifika situationerna.

3.2.2 KASAM:S relation till välbefinnande

För att sammanfatta vad den salutogena modellen innebär så använder sig Antonovsky av frågan “Vad är ursprunget till hälsa?” där svaret presenteras som *känsla av sammanhang*. (Mittelmark & Bauer 2022, s. 14). När vi exponeras för vardagliga stimuli så är det troligt att reaktionen i de flesta fall är känslomässigt neutral varpå särskilda hanteringsstrategier inte är nödvändiga (Antonovsky 2005, s. 178). Om anspänningen blir större så är det däremot avgörande huruvida vi kan mobilisera motståndsresurser för att hantera stressen. Om vi framgångsrikt lyckas hantera stressen så gynnar det vårt välbefinnande och hälsa. Detta sker bland annat genom att upplevelser av stark KASAM främjar både sjukdomsförebyggande beteenden samt hälsofrämjande beteenden (Antonovsky 2005, s. 203f). Att utsättas

för stressorer behöver alltså inte innebära en påverkan mot sämre hälsa (Vinje, Langeland & Bull 2022, s. 32).

En person med en upplevd stark KASAM har lättare att mobilisera sina GMR och SMR när denne utsätts för stressorer (Mittelmark & Bauer 2022, s. 14). Det innebär även att på ett djupare plan förstå varför dessa resurser fungerar i hanteringen av stress, vilket i sin tur gynnar flexibilitet och förmågan att anpassa resurserna. En sådan anpassningsförmåga innebär att uppfatta likheter mellan olika situationer och därmed använda sig av hanteringsstrategier som tidigare upplevts framgångsrika. Därmed kan olika livshändelser upplevas som mer begripliga i och med att de blir lättare att förstå och förutsäga (Antonovsky 2005, s. 44). I en kontext så som på en arbetsplats så innebär förutsägbarhet att uppleva sig ha en tydlig uppfattning av situationen och ens egna plats inom den (Antonovsky 2005, s. 159).

3.2.3 KASAM som teoretisk grund

De delar av teorin som berör *begriplighet* och *hanterbarhet* har många gemensamma nämnare med teorier angående coping och copingstrategier (Vinje, Langeland & Bull. 2022 s. 36). KASAM skiljer sig från dessa genom att införa motivation som en faktor som gör att vi faktiskt mobiliserar de motståndsresurser vi har. Det innebär att vi behöver uppleva *meningsfullhet*, att det känns värt att lägga tid, energi och engagemang på dessa utmaningar (Antonovsky 2005, s. 45f). Sammantaget är det komponenterna *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet* som utgör *Känsla av sammanhang* (Antonovsky 2005, s. 43). Det är möjligt att uppleva olika nivåer av de tre komponenterna separat samtidigt som de är sammanflätade och påverkar varandra i sin helhet (Antonovsky 2005, s. 47).

Känsla av sammanhang innebär bland annat inlärd beteenden för att hantera stressorer som i sin tur bidrar till att skapa generella förhållningssätt gentemot de påfrestningar som uppstår i livet. Huruvida en person upplever en stark eller svag KASAM är även beroende av vilken situation denne befinner sig i för stunden.

Exempel på motståndsresurser som socialt stöd kan innefatta att en person har en vän som denne kan träffa och prata med när hen känner sig ensam (Antonovsky 2005, s. 45). Skulle vännen vara bortrest nästa gång känslan av ensamhet uppstår så är inte den resurs personen lärt sig använda för att hantera påfrestningen längre tillgänglig. Därmed är det inte självklart att tidigare inlärd förhållningssätt i en viss kontext innebär en upplevelse av stark KASAM i en annan kontext. En persons upplevelse av KASAM i en situation är beroende av den psykologiska och sociala kontext denne befinner sig i för stunden.

Att uppleva sin arbetstillvaro som stabil och sammanhängande är en indikator för hälsa och välbefinnande (Jenny, Bauer, Vinje, Brauchli, Vogt & Torp 2022, s. 326). En positiv upplevelse av arbetstillvarion spelar även in i utvecklandet av KASAM varpå en negativ upplevelse har motsatt effekt. Därför tror vi att genom att se till kuratorernas upplevelser av sitt sammanhang under pandemin så belyses de påfrestningar och utmaningar som de mött under pandemin. Dessutom menar vi att kuratorernas upplevelser av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet i relation till påfrestningar samt hur dessa hanterades kan utgöra en indikation för hur möjligheter till hälsa och välbefinnande påverkats.

3.3 Begrepp

Välbefinnande – Ett tillstånd av positiv funktionsduglighet inom sitt mentala, fysiska och sociala område (CDC 2018). Innefattar bland annat positiva känslor och sinnesstämning samt en tillfredsställelse med livet.

Salutogenesis – Synsätt med fokus på vad som främjar hälsa och välbefinnande. Även fokus på avsaknad av hälsofrämjande faktorer (Antonovsky 2005, s. 38ff).

Patogenesis – Innebär i kontrast till ett salutogent synsätt ett fokus på vad som orsakar ohälsa och sjukdom (Antonovsky 2005, s. 38ff).

Stimuli – Intryck från antingen inre eller yttre världen vars påfrestning inte kräver att den hanteras (Antonovsky 2005, s. 178).

Stressor – Ett stimuli vars påfrestning kräver att den hanteras (Antonovsky 2005, s. 177).

Generella/specifika motståndsresurser (GMR/SMR) – Exempelvis psykologiska eller interpersonella resurser som genom att mobiliseras hjälper oss att undvika eller hantera stressorer (Vinje, Langeland & Bull 2022, s. 32f).

Begriplighet – Erfarenhetsbaserad förståelse av stimulin och livshändelser samt hur de ter sig gör att de upplevs förutsägbara (Antonovsky 2005, s. 44).

Hanterbarhet – Erfarenhetsbaserad förståelse av hur livshändelser kan hanteras genom resurser en person upplever som tillgängliga (Antonovsky 2005, s. 45).

Meningsfullhet – Motiverande känsla av att en utmanande livshändelse är värd att lägga tid och energi på (Antonovsky 2005, s. 45f).

Känsla av sammanhang (KASAM) – Huruvida en person uppfattar situationer som begripliga, hanterbara och meningsfulla (Antonovsky 2005, s. 43) samt dennes möjligheter att mobilisera motståndsresurser för att hantera olika former av stressorer som kan uppstå i olika situationer (Mittelmark & Bauer 2022, s. 14).

4. METOD

Nedan presenteras våra metodologiska val. Avslutningsvis görs även en reflektion angående metodens påverkan på resultatet.

4.1 Val av metod

Vi har valt att utgå ifrån en kvalitativ ansats i form av semistrukturerade intervjuer. Anledningen till detta är att vi anser det vara det mest lämpliga tillvägagångssättet för att besvara vår uppsats syfte och frågeställningar. Detta då det ger oss möjligheten att få ett djupare och mer personligt perspektiv på respondenternas upplevelser (Bryman 2018, s. 562f). Vi valde att genomföra semistrukturerade intervjuer då vi inte ville styra våra respondenter för mycket i deras svar. Semistrukturerade intervjuer skapar en möjlighet för intervjuaren att ställa följdfrågor och bidrar samtidigt med flexibilitet för respondenten varpå denne ges utrymme att ta upp egna ämnen (ibid.). Detta beslut togs dock med vetskapen om att semistrukturerade intervjuer även kan upplevas som begränsande i jämförelse med ostrukturerade intervjuer. Valet av semistrukturerade intervjuer motiverades av att ett ostrukturerat upplägg inneburit en risk att frånga uppsatsens syfte och frågeställningar, vilket en intervjuguide kan bidra med att motverka. Den intervjuguide vi använt oss av (se *Bilaga 3*) hanterade teman som framtoogs utifrån vår egen förståelse av ämnet.

Hallin och Helin (2018, s. 74) beskriver att det är klokt att föra anteckningar gällande sina tankar och reflektioner under tiden intervjustudien pågår. Efter varje genomförd intervju diskuterade vi således sinsemellan tankar och reflektioner som vi sedermera skrev ner för att skapa en värdefull grund för vår analys att vila på.

Efter att vi genomfört samtliga intervjuer fann vi det lämpligt att dela upp processen för transkribering mellan oss. En uppdelning av arbetet innebar en effektivisering av processen. I och med uppdelningen av transkriberingsarbetet har vi dock antagit att det finns en risk att skillnader i framställningen av intervjuerna har uppstått. Exempelvis är det möjligt att detaljer som pauser, skratt och utfyllnadsord har inkluderats i olika omfattning. Vi antar att det därmed finns en risk att vi påverkat varandras tolkning av empirin.

Rennstam och Wästerfors (2015, s. 223) påpekar behovet av att under den initiala

sorteringen bli väl förtrogen med sitt material, varpå vi enskilt gick igenom empirin flertalet gånger. Under den enskilda tematiseringen sorterades empirin utifrån teman vi ansåg relevanta till syftet. Därigenom sorterade vi ut teman och kategorier utifrån de mönster vi kunde finna i empirin. Därmed skapade vi var sitt färgkodat schema. Därefter följde en gemensam tematisering av samtliga intervjuer där vi först jämförde varandras tematiseringar för att se vilka likheter och skillnader som uppstått i våra enskilda tolkningar samt delar som den ene ansett att den andre missat. Dessutom hjälpte det oss att upptäcka delar där vår förförståelse påverkade vår uppfattning av

Tematisering Steg 2 - Gemensam tematisering

Motivation och meningsfullhet	Information	Ledarskap	Kollegiala relationer	Ansvar gentemot...	Arbetsro	Tid	Smittorisk	Fysiskt mående	Psykiskt mående
Bristande motivation/mening Känsla av motivation/mening	Information inom organisationen Information om samhället	Stöd Förståelse	Isolation Socialisering Stöd Lärande	Anhöriga Patienter Kollegor Arbetet		Mer tid till saker Mindre tid till saker	Covid-19 Symptom	Aktivering Ergonomi	Motståndskraft

Tematisering Steg 3 - Utifrån vald teori

Begriplighet	Hanterbarhet	Meningsfullhet	Samspelet mellan begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet
Restriktioner B & smittorisk B & digitalisering	H & smittorisk Socialt stöd Erfarenhet H & digitalisering Fysiskt välbefinnande	Social uppskattning Känna ett kall	Hög B, Låg H, Hög M Hög B, Hög H, Hög M

B = Begriplighet, H = Hanterbarhet, M = Meningsfullhet

Tabell 1 Tematisering och subteman, Steg 2 och 3.

empirin. Efter att ha enats om gemensamma teman som vi ansåg relevanta så tematiserades återigen hela empirin utifrån dessa. Därmed skapades en ny färgkodad tematisering av empirin. Dessa teman utgick vi därefter ifrån i valet av teori som vi ansåg lyfta intressanta aspekter av innehållet. Efter gemensam tematisering valdes den teori som vi ansåg lyfta intressanta aspekter av empirin. Utifrån teorin utgick vi från begreppen *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet* varpå vi lyfte de delar av empirin som belystes av dessa begrepp. Den gemensamma tematiseringen och subteman samt tematiseringen med subteman utifrån vår valda teori återfinns i *Tabell 1*. Ett schema över tematiseringsprocessen i sin helhet finns bifogat som *Bilaga 2*.

4.2 Urval och rekrytering

Vi har använt oss av ett målstyrt urval då en bedömning gjorts gällande att alla medverkande respondenter besitter, för vårt syfte och våra frågeställningar, relevant kunskap och erfarenhet för att vara kvalificerade respondenter i vår undersökning (Bryman 2018, s. 496ff). Därför har vi avgränsat urvalet till kuratorer som arbetar inom barn- och ungdomspsykiatri och som även har gjort det under Covid-19-pandemin. Samtliga respondenter som deltagit är verksamma i södra Sverige. Huruvida den presenterade urvalsgruppen i denna studie är representativ för kuratorer inom barn- och ungdomspsykiatri i övriga regioner i Sverige kan vi inte anta.

Inom ramen för det målstyrda urvalet så utgick vi till en början från två kontaktpersoner i form av enhetschefer inom BUP:s öppenvård. Dessa två förmedlade därefter kontaktuppgifter till andra enhetschefer inom BUP som vidarebefordrade vår förfrågan om deltagande till kuratorerna på deras enheter. I och med detta har ett snöbollsurval använts under rekryteringen (Hallin & Hellin 2018, s. 34f). All inledande kontakt med enhetschefer och respondenter har skett via epost. Alla respondenter i vår studie är som nämnt verksamma i södra Sverige, vilket vi antar är ett resultat av att de två kontaktpersoner vi utgått från, att även de är verksamma i samma geografiska område. Troligtvis har de därmed förmedlat kontakter till oss som de har en regelbunden kontakt med inom arbetet. Vi vände oss även till en verksamhetsutvecklare inom BUP i hopp om att bredda urvalet. Genom dem kom vi dock bara i kontakt med en enhet som vi tidigare redan erhållit kontaktuppgifter till.

Via kontakten med enhetscheferna blev vi vidare hänvisade att kontakta kuratorerna personligen. Detta gjordes återigen via epost. När kontakt väl etablerats med potentiella respondenter bokade vi in tider för intervju med samtliga. I första hand föreslogs fysiska möten på plats och därefter digitalt som alternativ. Fyra respondenter önskade av praktiska skäl att hålla intervjun digitalt via antingen Microsoft Teams eller Messenger medan tre föredrog att ses fysiskt. Således mötte vi

våra respondenter både fysiskt och digitalt.

Totalt har vi intervjuat sju stycken kuratorer. Sex av sju intervjuer genomfördes under två arbetsveckor. På grund av att en kurator var hemma sjuk från jobbet så flyttades den sista intervjun fram till två veckor efter de andra. Ursprungligen var åtta intervjuer planerade. Den åttonde deltagaren bokade om på grund av förhinder på arbetet och sedan på grund av sjukdom. Därefter fanns det inte längre tid för att genomföra intervjun.

De respondenter som deltagit i vår studie kommer inte presenteras vidare specifikt utifrån hänsyn till deras anonymitet. Samtliga respondenter som citeras i studien har fingerade namn. I valet av fingerade namn har de sju första namnen givna av en webbaserad namngenerator använts (Svenskanamn 2022). En sammanfattande tabell av respondenterna finns bifogat som *Bilaga 1*. Alla respondenter i vår studie är utbildade socionomer och arbetar som kuratorer inom barn- och ungdomspsykiatri.

Respondenternas huvudsakliga ansvarsområde och arbetsrelaterade uppgifter varierar mellan dem i förhållande till exempelvis utbildning och erfarenhet inom yrket. Gemensamt är dock att de alla arbetar med barn och ungdomar med varierande psykiatrisk problematik, däribland suicidtankar, ångestrelaterade självskadebeteenden och trauman. Arbetserfarenheten hos respondenterna har varierat mellan 4 – 30 år inom yrket. Samtliga kuratorer som deltagit i vår studie har varit arbetsverksamma under Covid-19-pandemin.

4.3 Genomförande

En del intervjuer har genomförts fysiskt på respondentens arbetsplats medan andra intervjuer har genomförts digitalt över programmen Messenger eller Microsoft Teams. Studier har visat att digitala tekniker som inbegriper ljud och bild fungerar väl för att skapa en känsla av närvaro, och kan likna en upplevelse av att faktiskt vara fysiskt närvarande i rummet som visas på skärmen (Hallin & Helin 2018, s. 64). Det

tyder även på att digitala intervjuer inte nödvändigtvis är ett sämre alternativ jämfört med att genomföra intervjuer på plats. Således upplever vi inte att variationen i intervjuernas digitala respektive fysiska form har inneburit någon större skillnad för genomförandet. Hallin och Helin (2018, s. 39ff) beskriver vikten av att bestämma tid och plats för att genomföra intervjuer med respondenter och menar att en passande plats oftast är en plats där ingen part blir störd, varpå vi som intervjuare på förhand föreslog en plats som är lugn där intervjun kan genomföras ostört. Därmed har våra intervjuer med respondenterna genomförts antingen fysiskt eller digitalt inne på deras kontor, utan andra personer i omgivningen.

Vid genomförandet av de digitala intervjuerna har vi suttit vid varsin dator på olika platser. För att tidpunkten för intervjuerna skulle vara så anpassade som möjligt efter kuratorerna så har alla intervjuer genomförts vid deras egna föreslagna tider. Alla intervjuer spelades in med ljudupptagning för transkribering. De intervjuer som genomfördes på plats spelades in via mobiltelefon. De intervjuer som genomfördes digitalt spelades in via den programvaran som användes för intervjun.

Hallin och Helin (2018, s. 44) tar upp faktumet att intervjupersoner ibland önskar att intervjuaren skickar frågor i förväg men att detta kan leda till en risk att respondenten kommer med föruttänkta svar. Detta var något vi önskade undvika då vi ville ha öppna och ärliga svar från våra respondenter varpå varken intervjuguide eller intervjufrågor delades med någon respondent på förhand.

4.4 Ytterligare metodologiska reflektioner

Enligt Bryman (2018, s. 465ff) är det istället för reliabilitet och validitet mer gynnsamt att prata om *äkthet* och *tillförlitlighet* vid bedömning av en kvalitativ undersökning. En kvalitativ studie bör uppfylla kriterier för *äkthet* eller *autencitet*. Vi har med hänsyn till vår studies äkthet varit noga med att ge en rättvis bild av våra respondenters uppfattningar och åsikter, bland annat genom att under intervjuerna

ställa följdfrågor vilka varit menade att försäkra att vi uppfattat deras svar på ett korrekt vis.

En av författarna hade sedan tidigare en viss förförståelse för BUP som organisation. Att förutsättningslöst tolka empirin i de fallen blev därför svårare. Däremot visade det sig att vi båda efter att ha gjort separata tematiseringar tolkat empirin på liknande sätt. I slutändan kan detta ha inneburit att förförståelsen inte haft någon större påverkan i tolkandet av respondenternas utsagor.

Den omfattande intervjuguiden som vi använt oss av var till en början tänkt att agera som ett stöd, dock insåg vi under studiens genomförande att en del frågor kom att styra intervjuerna. I efterhand har vi kopplat detta till vår ovana att leda intervjuer vilket lett till att vi förlitat oss på intervjuguiden i större utsträckning än tänkt. Denna insikt infann sig efter den fjärde intervjun varpå vi anammade ett mer restriktivt användande av intervjuguiden. Återigen kan vi inte garantera huruvida de upplevelser som respondenterna delgett hade tagits upp om genomförandet sett annorlunda ut. Att empirin som helhet i stor utsträckning är likartad skulle kunna innebära att vår användning av intervjuguiden faktiskt har styrt respondenterna.

En reflektion som uppstod kring de intervjuer som skett digitalt var att vi inte upplevt att detta påverkat empirin i någon större utsträckning. Vi tror att respondenterna vid det här laget är vana vid digitala mötesformer. Dessutom har de respondenter som deltagit digitalt själva valt detta alternativ.

Bryman (2018, s. 467) beskriver hur tillförlitligheten i en studie består av de fyra delkriterierna trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet samt en möjlighet att styrka och konfirmera. Nedan kommer dessa delkriterier beskrivas tillsammans med en redogörelse för hur vi tagit hänsyn till dem i studien.

4.5 Tillförlitlighet och delkriterier

För att uppfylla det första delkriteriet, trovärdighet, beskriver Bryman (2018, s. 467) hur det dels ska påvisas att beskrivningen av den sociala verklighet som studerats är trovärdig och acceptabel för läsaren och studiens respondenter. Därmed har vi strävat efter att återge respondenternas citat så exakt som möjligt. En viss omskrivning har dock gjorts då det kan uppfattas fördummande att återge citaten helt fonetiskt (Bryman 2018, s. 581). Exempelvis har vi utelämnat uttryck som öh, ehm och liksom.

Det är viktigt att poängtera att intervjuerna ibland tar upp frågor om händelser som inträffade för en relativt lång tid sedan, varpå en risk finns att respondenternas minnesbild av händelserna inte alltid stämmer överens med hur det faktiskt var. Som tidigare nämnt har vi heller inte velat styra vår respondenter för mycket då vi anser att det hade kunnat minska trovärdigheten i vår studie. När vi efter vår fjärde intervju insåg att vår intervjuguide eventuellt inneburit en viss styrning och därigenom en minskad trovärdighet var vår reaktion att försöka gå ifrån den, vilket återigen möjligen kan ha ökat trovärdigheten för resterande intervjuer samt för studien i helhet.

Det andra delkriteriet, *överförbarhet*, innebär enligt Bryman (2018, s. 467f) att forskaren ska påvisa att studiens resultat är överförbart. Detta innebär att en studies resultat ska gå att överföra och applicera i en annan kontext eller situation, eller i samma kontext vid en senare tidpunkt och fortfarande framkalla identiska resultat.

I relation till vår studie har det varit svårt att se möjligheten till en tydlig överförbarhet eftersom vi utgått från kuratorers subjektiva upplevelser av en period innefattandes två år under en pandemi. Vår studie är dessutom avgränsad till södra Sverige varpå ett genomförande av en motsvarande studie i andra delar av Sverige skulle kunna innebära andra resultat. Då pandemin har påverkat vården i hela landet (SKR 2020a, s. 10; Socialstyrelsen 2021a, s. 7ff) så är det möjligt att liknande situationer har uppstått inom flera regioner.

Det tredje delkriteriet är *pålitlighet*. Bryman (2018, s. 468ff) beskriver hur pålitlighet innefattar att forskare för sin studie gör en fullständig, tydlig och tillgänglig redogörelse för studien och alla dess faser. I vår studie har därför vi ämnat att utförligt redogöra för alla delar i vår process, däribland våra forskningsfrågor, vårt urval och våra metoder.

Det fjärde delkriteriet, *möjlighet att styrka och konfirmera*, innebär enligt Bryman (2018, s. 470) att det är viktigt att garantera att studien utförs i god tro och därigenom också att den utförts utan påverkan av subjektiva värderingar. Detta har varit av vikt för oss då Bryman beskriver en slags omöjlighet att, inom samhällslig forskning, vara helt objektiv. För att säkerställa detta i möjligaste mån har vi därför även varit transparenta mot varandra genom hela studien samt kritiserat, granskat och diskuterat material och empiri både enskilt och tillsammans för att nå ett så gott resultat som möjligt.

4.6 Etiska överväganden

Denna uppsats grundar sig i Vetenskapsrådets (2002, s. 5f) fyra etiska huvudprinciper inom humanistisk- och samhällsvetenskaplig forskning. I följande stycken kommer dessa principer redovisas tillsammans med en beskrivning gällande hur de har tillämpats i studien.

Eldén (2020, s. 30f) beskriver hur den första etiska huvudprincipen, *informationskravet*, ska uppfyllas i en studie genom att delge respondenterna distinkt och väsentlig information. Dessutom har studiens syfte samt respondenternas del i studien och deras frivillighet att delta delgetts dem i förväg, dels via den information- och samtyckesblankett vi ursprungligen skickade ut och dels via ett verbalt godkännande under varje genomförd intervju. Hallin och Helin (2018, s. 48) beskriver hur den andra etiska huvudprincipen, *samtyckeskravet*, innefattar att respondenterna i studien måste ge sitt medgivande till att bli studerade i det syfte som

fastställts. I enlighet med Eldén (2020, s. 30) så har samtyckeskravet uppfyllts i vår studie genom att vi i förväg skickat ut de tidigare nämnda blanketterna till studiens respondenter via epost.

Dessa blanketter innehåller i enlighet med Vetenskapsrådet (2002, s. 9ff) information gällande respondenternas rätt att bestämma över sin medverkan i studien, däribland en beskrivning av respondenternas rätt att avbryta intervjun eller sitt fullständiga deltagande i studien om de så önskar. Dessutom ingår information som hanterar respondenternas villkor och förmodad tidsåtgång för deras deltagande i studien. Inkluderat i informations- och samtyckesblanketterna återfinns även upplysningar vilka hanterar respondenternas rätt att inte utsättas för påverkan alternativt påtryckningar utifall de skulle välja att avbryta sitt deltagande i studien (Eldén 2020, s. 30). Varje intervjutillfälle med respondenterna inleddes dessutom med en gemensam genomgång av informations- och samtyckesblanketten för att försäkra oss om att respondenterna tagit till sig informationen och medgivit sitt samtycke till att delta samt att intervjun spelas in. Informations- och samtyckesblanketten återfinns i studien som Bilaga 4.

Den tredje etiska huvudprincipen inom humanistisk- och samhällsvetenskaplig forskning består av *konfidentialitetskravet*. Hallin och Helin (2018, s. 48) beskriver hur konfidentialitetskravet innefattar att den för studien insamlade empirin inte får delas fritt. Detta inkluderar dessutom en försäkran om att det som uttalas och skrivs om respondenterna görs på ett avidentifierat sätt för att främja anonymitet och undvika igenkännande av exempelvis utomstående läsare eller kollegor. Därutöver ska respondenterna delges information gällande att deras personuppgifter förvaras på ett säkert sätt, samt att individer som nämns under studiens intervjuer även dem kommer att avidentifieras och därigenom vara anonyma (Eldén 2020, s. 30f). Respondenterna har anonymiserats genom att vi i studien ej inkluderar namn, kön, ålder eller enhetstillhörighet. Därigenom försäkrar vi så gott som möjligt att respondenternas integritet skyddas i vår studie i enlighet med Vetenskapsrådets etiska direktiv (2002, s. 12f).

Nyttjandekravet är den fjärde huvudprincipen inom humanistisk- och samhällsvetenskaplig forskning. Denna princip innefattar att alla insamlade uppgifter som hanterar enskilda individer endast får användas i ändamål för forskning (Vetenskapsrådet 2002, s. 14; Eldén 2020, s. 31). Vidare innebär detta även att den insamlade empirin endast får användas till det till det som respondenterna har informerats att studien ska handla om. (Hallin & Helin 2018, s. 48). Vi har i studien tagit hänsyn till nyttjandekravet genom att på ett tydligt sätt informera respondenterna om studiens syfte, både vid kontakt och vid genomförandet av intervjuer, och aktivt haft nyttjandekravet i åtanke under studiens gång. Utefter det har den insamlade empirin endast använts i studiens forskningsändamål.

Vi har inför studiens genomförande varit medvetna om att delar av vår intervjuguide potentiellt riskerade att frambringa teman relaterade till känslor som är kopplade till prövningar från de senaste åren kantade av Covid-19-pandemin. Vi kunde på förhand inte ha kännedom gällande ifall respondenterna eller någon i deras närhet drabbats negativt till följd av pandemin i form av exempelvis sjukdom eller andra konsekvenser, varpå en ansats gjordes att ytterligare tydliggöra inför intervjuerna att respondenterna endast delgav den mängd information de kände sig bekväma med till studien.

5. RESULTAT OCH ANALYS

Nedan kommer resultat och analys att presenteras integrerat över fyra avsnitt. I avsnittet *En oförutsägbar tillvaro* ligger fokus främst på de delar i resultatet som berör *begriplighet*. Avsnittet *Att handskas med den nya tillvaron* berör främst *hanterbarhet*. Vidare presenteras upplevelser av *meningsfullhet* i avsnittet *Att finna motivation i en påfrestande tillvaro*. Slutligen presenteras delar av resultatet där vi kunnat se relationen i KASAM:s tre komponenter i avsnittet *Helhetens påverkan på tillvaron*. Viktigt att poängtera är att även om vi i de tre första avsnitten fokuserar på de tre komponenterna separat så är relationen mellan dem vad som utgör KASAM,

vilket gör dem svåra att helt differentiera från varandra i sammanhanget (Antonovsky 2005, s. 47). Därför förekommer det en viss överlappning mellan komponenterna även i de avsnitten. Övergripande kommer analyser av hur upplevelsen av de tre komponenterna kan ha påverkat möjligheten till välbefinnande i arbetstillvaron.

5.1 En oförutsägbar tillvaro

Flertalet respondenter beskrev hur det funnits en osäkerhet kring restriktioner i samband med pandemin och påtalar att det från ledningen funnits en viss brist på förutsägbarhet och information i relation till framförhållning för vilka åtgärder som ska implementeras, när de börjar gälla och hur länge ska de ska gälla. Alf upplevde att ledarskapets bristande förmåga att ge tydliga direktiv angående rådande restriktioner och smittskyddsåtgärder var en påfrestning, vilket beskrivs i följande citat:

Jag tycker ledarskapet är jätteviktigt för måendet i hela gruppen. Att det ökar ju stressen väldigt mycket om vi inte vet vad som gäller. [...] Och tydlighet är ju väldigt viktigt, för att jag ska må bra, och många andra. [...] Med vår chef har vi i omgångar lyft frågan "Vad är det som gäller egentligen?". Och det tycker jag har varit jobbigt. Det har påverkat mig mycket faktiskt (Alf).

Alf upplever situationen på arbetsplatsen som frustrerande och att det finns en koppling till information, förutsägbarhet och ledarskapets oförmåga att ge tydliga direktiv kring hur personalen ska förhålla sig till smittskyddsåtgärder och restriktioner. När en händelse är begriplig så innefattar det en upplevelse av att kunna förutsäga vad som kommer att ske (Antonovsky 2005, s. 44). I Alfs fall tycks otydlig information utgöra en instabil grund för att förutsäga hur saker och ting kommer att spela ut. Den här nya situationen innebär en stressor som potentiellt kan förändras från en dag till nästa.

En person som ofta upplever en svag KASAM i påfrestande situationer riskerar att förvänta sig liknande upplevelser under framtida påfrestningar (Antonovsky 2005, s. 45). Med tanke på att restriktioner har förändrats kontinuerligt under pandemin samt att Alf menar att anställda återkommande lyft frågan om tydlighet så verkar det finnas en möjlig risk att en sådan negativ förväntan finns. I och med att dessa situationer beskrivs som både jobbiga och att ha påverkat Alf mycket så har de troligtvis inneburit en viss frekvens av påfrestande händelser. Möjligtvis är det även så att sammanhanget blir svårare att förutse även på en gruppnivå. Alf antyder i citatet ovan att liknande upplevelser finns hos övriga i arbetsgruppen. Utöver en känsla av att inte veta hur hen ska bete sig eller hur hen ska agera smittsäkert så bör rimligtvis stressen och osäkerheten öka om andra i hans direkta närhet inte har anammat samma tolkning av vad smittsäkert innebär.

Något som emellanåt nämndes i vår intervju med Alf var det faktum att hen beskrev att det trots allt existerade någorlunda tydlig information angående restriktioner i förhållande till smittskyddsåtgärder på arbetsplatsen. Liknande upplevelser fanns även hos andra respondenter. Nedan beskriver Maj i följande citat hur hen har upplevt begripligheten gällande ny information och regler under pandemin:

Informationen på själva intranätet var hård. Och den gällde ju inte alltid oss, men tolkade man den hårt så skulle vi inte fått lov att inte gå i vita kläder. [...] Nej, så man kan inte klaga på informationen. [...] Vi hade 100% skyldighet att det första vi gjorde när vi kom in på morgonen var att gå in och läsa på intranätet under Covid-regler och restriktioner. [...] Men som tur är så, våran chef och några andra, de var lite snälla, så de skickade ut det viktigaste till oss sen så vi kunde veta “Nu gäller detta nya, nu gör du detta nya” (Maj).

Trots att informationen har upplevts tydlig på en övergripande organisatorisk nivå så har det inte varit helt självklart hur den ska appliceras i praktiken inom de olika enheterna. De generella direktiven inom organisationen framstår som svårapplicerade inom Majs enhet. Lennéer Axelsson och Thylefors (2018, s. 191ff) förklarar hur

kommunikation kännetecknas av begriplighet, och påtalar hur en god psykosocial arbetsmiljö innefattar att både medarbetare och chefer gemensamt ser över hur information och kommunikation bäst ska fungera inom arbetsplatsen. Vad bland annat chefen gjorde var alltså att sammanfatta den övergripande informationen som delgetts.

Möjligtvis har den sammanfattade versionen av restriktionerna gjort det lättare att förstå och anpassa sig. Eventuellt innebar det även en lägre frekvens av nya direktiv som ska implementeras i arbetet. Dessutom kanske det gynnar ett enhetligt arbetssätt kring restriktionerna om informationen redan tolkats utifrån den specifika verksamheten när det når personalen. Kanske förebygger detta att påfrestningar så som stress uppstår, vilket Alf upplevde i och med att kollegor tolkade och förhöll sig till restriktionerna på olika sätt. Vidare uttryckte Berit en påfrestning utifrån de restriktioner och smittskyddsåtgärder som implementerats på hens enhet:

Sen tycker jag väl det här med att vi då skulle jobba med ansiktsmasker, det har varit jättebesvärligt. [...] Och det här med masker har ju varit svårare att tyda ansiktsuttryck. Jag kan ju gå och le och sen tänkte jag, "Oj, det är ju ingen som ser att jag ler mot dem nu" [...] Inte alls trevligt, varmt och instängt och jag tyckte inte jag fick luft. (Berit).

Berit uttrycker hur ansiktsmasker har gjort tillvaron på arbetet besvärlig. Berits upplevelse av att delar av arbetet har blivit mindre begripliga till följd av användningen av ansiktsmasker liknar hur Sibeoni et al. (2021, s. 10f) beskriver den förlorade möjligheten för barn- och ungdomspsykiatriker att läsa av klienters ansiktsuttryck på grund av ansiktsmasker.

Detta är en del av vad de kallar *the body of child and adolescent psychiatrists and patients*, som är en av de tre upplevelser som barn- och ungdomspsykiatriker haft av att arbeta under Covid-19-pandemin och som har skapat problem för dem (Sibeoni et al. 2021, s. 10f). Detta eftersom det ibland har varit svårt för både barn- och ungdomspsykiatriker och deras klienter att förstå emotionell respons sinsemellan i

samtal, men det tycks även i Berits fall ha påverkat och försvårat den sociala interaktionen med andra personer, varpå kommunikationen och tillvaron upplevts mindre begriplig. Dessutom beskrivs användandet av ansiktsmasker som att orsaka ett fysiskt obehag. Några ytterligare konkreta känslobeskrivningar kring detta framkom inte i intervjun med Berit. Då ansiktsmasker och andra smittskyddsåtgärder var en del av tillvaron under en stor del av pandemin så antar vi att det varit en långvarig påfrestning.

Utmed pandemin så har situationen i samhället varit i kontinuerlig förändring. I takt med att smittläget förändrats, nya restriktioner och nya vacciner har tillkommit så har även känslorna och reaktionen på sammanhanget förändrats. Här nedan berättar Maj om hur känslorna och reaktionerna kring smittorisken förändrats i en positiv riktning under pandemiårens gång:

Det var ju en obehaglig sjukdom från början, eller mer obehaglig. Så jag tänker att ju mer den mildrades och när vaccinerna började komma så är det klart att det blev en annan situation. Man visste lite mer om viruset och då kunde man också förhålla sig till det. Och det lärde man ju sig efter hand, och då kändes det säkert och då kunde man lugnt fortsätta jobba (Maj).

Det Maj beskriver tycks vara processen av att en situation präglad av oro, osäkerhet och fara gradvis blir mer begriplig och förståelig med hjälp av tillgänglig information. Majs process från oro till lugn tycks även präglas av att hitta arbetssätt som upplevs mer smittsäkra vilket tycks ha mildrat oron för viruset. I samtliga intervjuer har respondenterna påtalat hur arbetstillvaron i någon mån har förändrats under pandemin och att detta bidragit till ett behov av anpassning, både hos dem själva men även hos deras medarbetare och inte minst hos ledningen. I ett tidigare citat från Maj så uttrycktes snarare en uppskattning kring att hens enhetschef tagit på sig rollen att sammanfatta och förmedla den information som kommer ovanifrån inom organisationen.

Vår tolkning är att upplevelsen av att den generella informationen är tydlig samt att den i nästa steg anpassats till verksamheten vilket ytterligare främjat att situationen upplevts begriplig. Dock är det genomgående i alla våra intervjuer att oron minskat utmed tiden, även bland de som ansåg att informationen varit bristfällig.

Alf beskrev exempelvis under vår intervju att det existerade en bristfällig kommunikation gällande restriktioner och att mer löpande information hade varit önskvärt. Alf påpekade även att oron kring smittorisken minskat sedan starten av pandemin vilket, likt Majs beskrivning, kan bero på att den tillgängliga informationen om viruset successivt ökat. Det skulle kunna vara ett tecken på att en typ av läroprocess har skett och gjort att sammanhanget upplevts allt mer begripligt och hanterbart. Samtidigt nämner de flesta respondenterna att den största förändringen i oron för smittorisken skett i samband med att vaccinet lanserades. Det skulle i sin tur kunna innebära att stressorns effekt minskat på grund av mindre upplevda risker i och med vaccinet.

I samband med att restriktioner och smittskyddsåtgärder infördes så innebar det även en plötslig ökning av digitalisering i arbetet. Hur den förändringen har upplevts varierade mellan respondenterna. Nedan beskriver Gert sina tankar och känslor kring nya digitala arbetsätt:

Ja men det är klart man var lite så, "Ska detta fungera, kommer man liksom nå fram, kommer det bli strul här för inte man hittar där?". Vi hade ju andra alternativ än Teams från början men det var ju mer "Vilket ska vi välja, vilket är kompatibelt med den verksamheten vi ska möta, hur är det med sekretess?". Så farhågor att det inte skulle fungera för man är beroende av andras kunskaper. Tekniker och fungerande internet och allt sådant. Men det har varit lugnt egentligen (Gert).

Gert uttrycker att det funnits oklarheter och en osäkerhet kring hur omställningen ska gå till och hur väl arbetet kommer att fungera därefter. Gert säger dock att allting har varit lugnt, vilket tyder på att omställningen har inneburit en av två reaktioner.

Antingen har den händelsen inte orsakat någon större anspänning för Gert vilket tillåter en neutral reaktion gentemot stimuli, varpå händelsen inte övergick till att vara en stressor (Antonovsky 2005, s. 178). Alternativt så uppstod en högre anspänning hos Gert varpå motståndresurser mobiliserades och stressorn hanterades framgångsrikt.

Under rubriken *Att handskas med en otydligt tillvaro* presenteras beskrivningar av hur socialt stöd har fungerat som motståndresurser under pandemin. Det kan bland annat innebära att finna lugn i att andra besitter kunskap som personen själv inte har och därigenom får stöttning. Dock framstår det i Gerts fall mer som att det upplevs otryggt att vara beroende av andra. Farhågorna kring de nya digitala verktygen verkar av Gert upplevas av både hen själv samt av kollegorna vilket får oss att tro att det inte heller rör sig om en förförståelse för det digitala. En möjlighet skulle kunna vara att en upplevd förutsägbarhet ligger i en självkännedom kring Gerts egna reaktioner gentemot en oförutsägbar situation.

Personer som ofta upplever stark KASAM i påfrestande situationer bedömer oftare stressorer som ofarliga då de utifrån tidigare upplevelser av att dessa situationer löst sig har en tilltro till att även framtida utmaningar kommer att göra det (Antonovsky 2005, s. 180). Så tycks fallet vara för Gert under den ökade digitaliseringen. Då situationen inte verkar ha inneburit någon större anspänning, alternativt att den hanterats framgångsrikt, så tycks den ökade digitaliseringen inte haft någon större påverkan på Gerts möjligheter till välbefinnande.

I samtliga intervjuer har tankar kring smittorisken för Covid-19 diskuterats. I vår intervju med Lillian beskrev hon tidigare erfarenheter i förhållande till det samt att hen inte upplevde rädsla för att bli smittad själv:

Jag är gammal narkosundersköterska innan jag blev socionom. Jag jobbade under hela AIDS-epidemin när den kom på 80-talet. Det tror jag har gjort något med mig. Så jag har inte varit rädd. Jag har varit mer rädd för att ta hem något till mina gamla föräldrar (Lillian).

Lillians tidigare erfarenhet från tiden som narkosundersköterska framstår som en tydlig anledning till lugnet inför smittorisken. Vår tolkning är att hen på någon nivå har kunnat förutse vad det skulle innebära för tillvaron att arbeta under en upplevd smittorisk och smittskyddsåtgärder. Den osäkerhet och de påfrestningar som uppstått inom arbetstillvaron tycks inte ha kommit som en chock.

Vinje, Langeland och Bull (2022, s. 36) beskriver hur livshändelser kan upplevas mer begripliga genom erfarenhet då de blir lättare att förstå och förutsäga. Utifrån Lillians tidigare erfarenheter av att arbeta som undersköterska under en epidemi så är det troligt att hen hade en känsla för vad pandemin kunde innebära. Då Lillian inte kände rädsla för att bli smittad så verkar den tidigare erfarenheten ha bidragit till att inte förutsätta det värsta i en för många andra osäker och farlig tid. Dock verkar det främst gälla Lillians upplevelse av sin egen säkerhet. Däremot kvarstår en rädsla av att andra personer med potentiellt större risker vid smitta i hens närhet kan bli drabbade. Detta har i sin tur har likheter med hur Sibeoni et al. (2021, s. 11) beskriver hur respondenter i deras studie haft upplevelser av vad de kallar *unpleasant emotions* under pandemin, vilket innefattar känslor av ångest eller oro för sina nära och kära under pandemin.

5.2 Att handskas med den nya tillvaron

Förändringar i tillvaron till följd av pandemin har som tidigare nämnts inneburit nya utmaningar att hantera. Men det har dessutom lett till att redan existerande utmaningar förvärrats eller belysts (Albertsen, Nielsen och Borg 2001, s. 247f). Under vår intervju med Alf framgick det hur en specifik kollega hade en stor påverkan på arbetsplatsen:

Ja, men där har nog varit frustration hos vissa för att det är framförallt en som vägrat detta liksom. Hen har kommit förkyld och har inte testat sig och har fått vara kvar, så det var rätt så rejäla diskussioner för att hen kommer. Det handlade lite om hur vissa inte anpassade sig. Där har inte

min chef varit tillräckligt tydlig. [...] Det är ju tungt, det säger alla. Och när hen då har varit sjuk så har man diskuterat vilken skillnad det är (Alf).

Det Alf beskriver i citatet ovan tycks ha en negativ effekt på tillvaron utifrån både smittorisk och den kollegiala gemenskapen. En möjlig effekt av det som hen beskriver skulle kunna vara att konflikten tar upp både tid och energi. Albertsen, Nielsen och Borg (2001, s. 247f) diskuterar hur konflikter på arbetsplatsen har en möjlighet att producera stressymptom. Då Alf beskriver diskussionerna mellan kollegorna som rejäla och omständigheterna som jobbiga så tolkar vi detta som en stressfylld situation. En risk som tycks uppstå är att de motståndsresurser som den kollegiala gemenskapen kan innebära överskuggas och inte längre upplevs tillgängliga under perioder av interna konflikter. Alfs citat ovan har fått oss att tro att just så är fallet då hen berättar att diskussioner om konflikten ligger nära till hands även när personen i fråga inte befinner sig på arbetsplatsen.

I det här fallet verkar det som att konflikten både är en stressor i sig samtidigt som den förhindrar mobilisering av den generella motståndsresurs som potentiellt hade behövts för att hantera händelsen. Alf hänvisar även till att ledarskap på arbetsplatsen har en påverkan på tillvaron. Här i form av bristande förmåga att gå in och lösa konflikter inom arbetsgruppen. Otydlighet från chef och ledning framstod i avsnittet *En oförutsägbar tillvaro* som hämmande för upplevelser av ett begripligt sammanhang vilket dessutom tycks påverka hanteringen av utmanande händelser. Under intervjun så förklarade Alf att konflikten i fråga pågått sedan före Covid-19-pandemin. Konflikten beskrevs därefter ha förvärrats i och med de förändringar som pandemin förde med sig. Ett ökat eller synliggjort missnöje till följd av pandemin är enligt DiGiovanni, Weller och Martin (2021, s. 4) ofta kopplat till försämrade interprofessionella relationer, så även i Alfs situation. Vad som främst synliggjorts verkar vara missnöjet kring det bristande ledarskapet samt färre tillgängliga resurser för att hantera situationen.

Albertsen, Nielsen och Borg (2001, s. 247f) fann i sin studie indikationer som visade på att konflikter på arbetsplatsen riskerar att framkalla stressymptom, framförallt i

situationer där personer upplever en svag KASAM. Då det i Alfs sammanhang tycks upplevas en brist på begriplighet samt tillgängliga motståndsresurser så verkar det vara bidragande till att situationen inte hanteras framgångsrikt utan fortsätter orsaka stress. Då konflikten handlade om att kollegan inte följer smittskyddsåtgärder så är det tänkbart att det även orsakade än ökad oro hos Alf.

En del av problemet med den fortsatt eskalerande konflikten med kollegan skulle som nämnts kunna vara att den inneburit att resurser Alf i vanliga fall hade mobiliserat inte längre funnits tillgängliga i samma utsträckning. I relation till restriktioner och smittskyddsåtgärder beskriver Harry ett exempel på betydelsen av det kollegiala i följande citat:

Man har inte fått ha det sociala, och det sociala är det som ändå får en att få lite återhämtning. Arbetsplatsen är ju en social arena. Kollegorna är ju en del i både kunskap och lärandet kring patienterna och i återhämtningen mellan patientbesöken. Möjlighet till att ventilera, diskutera, få lite stressreduktion, lite perspektiv på sina upplevelser (Harry).

I ovanstående citat kan det utläsas hur Harry påtalar att en stor förändring i arbetstillvaron under Covid-19-pandemin har varit avsaknaden av kollegorna. Gemenskapen har delvis begränsats av restriktioner som uppmanat till att hålla avstånd samt hemarbete vilket har inneburit mer ensamtid på arbetet. Harrys upplevelse påminner mycket om det Sibeoni et al. (2021, s. 6ff) beskriver upplevelsen *lost in time, lost in space* i sin artikel och beskriver hur flertalet respondenter fann det svårt att arbeta hemifrån utan sina kollegors närhet och förklarade även hur det fanns en tydlig vikt för dem att träffa sina kollegor i både formella som informella sammanhang.

Harry fortsätter med att beskriva hur det sociala med kollegorna ger plats för återhämtning under arbetsdagen. Detta resonerar väl med det Sibeoni et al. (2021, s. 11) fann i sin studie där respondenterna under pandemin fått en starkare insikt i hur viktiga fikarasterna och småpratet med kollegorna under dagen faktiskt är för dem,

samtidigt som dessa stunder också bidragit med en form av återhämtning. Samtalen med kollegor fungerar på ett stressreducerande sätt enligt Harry vilket liknar det som Albertsen, Nielsen och Borg (2001, s. 251) beskriver i sin studie om hur negativa effekter av upplevd stress hos anställda har en tydlig koppling till bland annat avsaknad av resurser som stöd från kollegor.

Sammantaget beskrev Harry under vår intervju tre aspekter av vad den kollegiala gemenskapen innebär för hen, vilka summerades som återhämtning, lärande, och informella samtal om nöjen och fritid. Dessa tre aspekter kan ses som hjälpmedel eller olika sätt att hantera vardagen och en arbetssituation som är starkt påverkad under en tid av pandemi och organisatorisk förändring. Det stöd som finns i det kollegiala verkar bidra till att göra arbetet mer hanterbart.

Ser vi till själva arbetsuppgifterna så beskriver exempelvis Harry ett lärande i köket tillsammans med kollegor, där även erfarenheter utbyts angående utmaningar i arbetet. Då Harry påpekar att det finns en avslappnande faktor i det sociala stödet så verkar det upplevas som en GMR för att hantera stressorer i arbetet genom att tillsammans med kollegor samtala om icke arbetsrelaterade ämnen som nöjen och fritid. Därmed liknar Harrys resonemang om gemenskapens roll i välbefinnandet hur Angelöw (2015, s. 42) beskriver situationer som främjar arbetsglädje, där han bland annat listar bra relationer till kollegor, delaktighet, balans mellan arbete och privatliv samt personlig och yrkesmässig utveckling som delar av ett större välbefinnande på arbetsplatsen.

Under intervjun så framkom få tydliga konsekvenser av den minskade gemenskapen. Därför har vi utgått från att de positiva effekterna som Harry beskriver av den kollegiala gemenskapen varit frånvarande under pandemin och att det därmed inte har funnits resurser tillgängliga i samma utsträckning för att hantera påfrestningar. Under intervjun nämnde Harry att hen och kollegorna allteftersom försökt hitta sätt att umgås på och de därmed kunnat stötta varandra i viss mån ändå, om än i mindre omfattning. Vi återkommer till denna beskrivning av Harry i avsnittet *Att finna*

motivation i en påfrestande tillvaro.

Lillian beskriver i likhet med Harry hur det kollegiala är en viktig del av det arbetsrelaterade sammanhanget. I nedanstående citat beskriver hen vad humor tillsammans med kollegor betytt för hen under pandemin:

Vi kan ju ha rätt tunga ärenden. Och där är ju kollegorna så viktiga att bara få sitta och snacka skit med på lunchen och bara flamsa (Lillian).

Humor framstår här som en resurs för att hantera de påfrestningar som finns i svåra patientärenden. Precis som Harry upplever även Lillian att dessa sociala stunder i arbetet minskade under pandemin men hade en annan upplevelse av vilken påverkan det haft:

Så för mig var det inte jätteviktigt att komma in och träffa mina kollegor. Vi var en ganska tight grupp. Jag tänker om man är ny eller om man inte har gruppats ihop sig kanske det där är mycket viktigare. [...] Jag har jobbat som socionomkonsult under flyktingkrisen. Så jag har vant mig att jobba väldigt självständigt och ensam (Lillian).

Vi fann det intressant att Lillian här tonar ned vikten av att träffa kollegor men i det tidigare citatet påpekar värdet i en sammansvetsad arbetsgrupp. Det framstår i viss mån som att en generell motståndsresurs i form av tidigare erfarenhet hade en effekt av att minska behovet av socialt stöd som en generell motståndsresurs. Tidigare forskning visar på att avsaknad av vissa miljöfaktorer som socialt stöd från kollegor och arbetsledare kan förklara negativa effekter av stressorer och stresssymptom (Albertsen, Nielsen & Borg, 2001 s. 251). Detta verkar ge dessa GMR en sorts tyngd vid hantering av stressorer i arbetet. Vad Lillian beskriver när hon förklarar att det inte var viktigt för henne att komma in och träffa sina kollegor verkar dock tyda på att en frånvaro av resurser som socialt stöd kan vägas upp med exempelvis erfarenheter av att på egen hand hantera de påfrestningar som kan uppstå i arbetet.

När Lillian berättar om tidigare erfarenheter av att arbeta ensam så står det i viss

kontrast till Sibeonis et al. (2021, s. 11) fynd där respondenterna i deras studie beskrev svårigheter i att arbeta hemifrån, delvis just till följd av att de inte hade tillgång till sina kollegor. Vidare beskriver Vinje, Langeland och Bull (2022, s. 36) hur livshändelser genom erfarenhet upplevs lättare att förutsäga och förstå, vilket i sin tur främjar en uppfattning av händelsen som hanterbar. Detta skulle ytterligare kunna förklara att Lillian upplever sig ha hanterat en till synes utmanande situation genom sina tidigare erfarenheter.

Vad den minskade tillgången av socialt stöd från kollegor kan innebära tycks enligt Lillian vara förutsägbart och därmed möjligt att hantera på egen hand. Irene berättade om en liknande upplevelse under vår intervju:

Så där tänker jag att det är en fördel att vi är väldigt måna om att stämma av med varandra och hela den biten. Och jag tror att jag har en annan trygghet utifrån att jag har varit här länge. Jag tror att det hade varit jobbigare om jag var helt ny. Plötsligt så står man själv med den här familjen som jag vet kommer utmana mig. Men där jag ändå känner skit samma, jag har varit med om det här förr (Irene).

Vad Irene likt Lillian berättar om verkar vittna om en känsla av ett redan etablerat socialt stöd innan pandemin. Irene lyfter i sin tur fram en annan syn på den kollegiala gemenskapens värde under pandemin genom ventilerings och en känslomässig koppling i form av att de är måna om att stämma av med varandra. Vad hen fortsättningsvis säger är att det kollegiala stödet inte är lika viktigt i själva utförandet av arbetsuppgifter. Likt Lillian upplever Irene sig ha så pass mycket erfarenhet att dessa potentiellt utmanande händelser är hanterbara på egen hand. Därför verkar det som att det av Irene främst är ett emotionellt stöd från arbetsgruppen som värdesätts. Därigenom verkar det finnas ett mönster i att våra respondenter påtalar att deras yrkesmässiga erfarenhet bidrar till mindre stress i arbetet, men att det kollegiala stödet även det bidrar med värdefulla stressreducerande faktorer.

Både Lillians och Irenes resonemang påminner till stor del om Harrys tidigare citat i

avsnittets inledning där hen menar att det sociala stödet innebär återhämtning, ventilering och reflektion. Stimulin och stressorer uppstår både i den inre och yttre världen (Antonovsky 2005, s. 176) och när det kommer till det sociala som en resurs så verkar värdet till stor del ligga i hanteringen av inre stressorer som uppstår under tunga patientärenden.

Under förra avsnittet presenterades kort begriplighet relaterat till digitalisering. Här nedan beskriver Berit hur vissa aspekter av arbetet har upplevts svårare att hantera på grund av den ökade digitaliseringen som pandemin inneburit:

Föräldrautbildning var ju tufft att ha via länk. Vi hade ju inte hundra koll på tekniken heller, och det blir ju en del besvärliga situationer där det inte fungerade riktigt, eller vi gjorde något fel och då fattade vi inte hur vi skulle göra. Det var jättepinsamt att vi fick springa och fråga under pågående möte: "Vad ska vi nu göra?" (Berit).

Berit tycks uppleva digitaliseringen som en utmaning som varit svår att hantera. Händelsen Berit beskriver verkar uppfattas som mindre hanterbar då det inte direkt nämns att några generella motståndsresurser har mobiliserats. Antingen kan detta bero på att resurserna inte upplevts tillgängliga eller att Berit inte upplevts sig veta vilka resurser som hade kunnat hantera situationen.

Albertsen, Nielsen och Borg (2021, s. 251) beskriver hur en avsaknad av förutsägbarhet delvis kan användas för att förklara negativa effekter av stresssymptom. Detta kan i sin tur förklara att den situation som Berit beskriver upplevdes mindre begriplig. Det både Berit och Lillian nämner som en *specifik motståndsresurs* är att söka hjälp från någon med mer kunskap om digitala verktyg, vilket i sin tur skulle kunna ses som en GMR i form av socialt stöd. Enligt Palm och Eriksson (2018, s. 235) har misslyckanden med att hantera en ökad arbetsbörda lett till försämrat självförtroende i sin professionella roll. Då Berit säger att det i situationen var jättepinsamt att be om hjälp är det möjligt att hens självförtroende har fått sig en törn av att den beskrivna händelsen inte hanterats framgångsrikt. Det bör dock påpekas att

det trots allt finns en motiverande känsla hos Berit som leder till ett agerande snarare än att ställa sig passiv och besegrad. Vi återkommer till vad som kan skapa motivation under avsnittet *Att finna motivation i en påfrestande tillvaro*.

Flera respondenter har även påpekat att arbetstillvaron under Covid-19-pandemin påverkat möjligheterna till fysiskt välbefinnande. Nedan beskriver Alf hur detta har påverkats av att arbeta hemifrån.

Ja, men egentligen tycker inte jag att, alltså förutom att jag har mycket bättre och skönare plats och sitta på här. [...] Så hade jag ju samma digitala samtal med de patienterna hemifrån, det tyckte inte jag blev någon större skillnad, förutom att jag sitter bättre här och får lite mer ont i kroppen när man sitter för länge hemma liksom (Alf).

Under våra intervjuer framkom det få aspekter av påverkan på det fysiska välbefinnandet. De som beskrev sådana upplevelser gjorde det, som i Alfs fall, utifrån perioder av hemarbete som de menade innebar en sämre ergonomiskt anpassad arbetsmiljö vilket bland annat lett till fysisk smärta.

5.3 Att finna motivation i en påfrestande tillvaro

Upplevd meningsfullhet är avgörande för motivationen att hantera de utmaningar en person ställs inför (Antonovsky 2005, s. 50). Nedan beskriver Harry vidare vad förändringar i den sociala kontexten inneburit.

Men jag upplever att de flesta av oss har hittat sätt att ändå socialisera. Ståendes i korridorer och så där. Men det sociala är väl det mest påtagliga. Så det har blivit lite tråkigare på så vis (Harry).

Harry beskriver hur arbetet har upplevts som tråkigare under pandemin till följd av en avsaknad av det sociala med kollegorna vilket överensstämmer med både Angelöws (2015, s. 167) beskrivning av kollegial humor som ett sätt att hantera och motverka utbrändhet. Det finns även likheter med Sibeoni et al. (2021, s. 11) som i sin studie

beskriver att raster och samtal tillsammans med kollegor bidrar med en form av återhämtning i arbetet. Då humor skapar arbetsglädje (Angelöw 2015, s. 167) så tolkar vi det som att detta i normala fall kan innebära ett sorts meningsskapande som motiverar en individ till att fortsätta arbeta i en påfrestande miljö då social uppskattning är ett måste för att en upplevelse av meningsfullhet ska kunna finnas (Antonovsky 2005, s. 131).

I avsnittet *Att handskas med den nya tillvaron* beskriver Harry en minskning av kollegial gemenskap. Då Harry här beskriver att det trots allt funnits i viss mån så antar vi att de positiva aspekter, så som återhämtning, lärande och stressreduktion, som hen tidigare beskrev har varit tillgängliga om än i lägre omfattning än i normala fall. Detta har då, som Harry beskriver, inneburit en tråkigare arbetstillvaro, vilket troligtvis haft en negativ påverkan på upplevelsen av meningsfullhet.

Möjligtvis är det en medvetenhet om att det socialas positiva aspekter som motiverat Harry och kollegorna att hitta nya sätt att socialisera trots restriktioner. Lillian beskriver i sin tur hur hen anpassat sig och funnit mening i arbetet under förändringen som pandemin inneburit:

Jag har lovat mig själv att jag måste vara med på det digitala tåget. Ska man jobba med ungdomar så är det bara att gilla läget. Jag tyckte att det var skitkul. Jag har ju lärt mig otroligt mycket under de här åren (Lillian).

Lillian beskriver lärandet som roligt och att hen lärt sig mycket under pandemin. En generell motståndsresurs i form av positiv lösningsorientering tycks ha mobiliserats för att hantera en ny utmaning. Ett argument som lyfts fram av Lillian för varför det varit viktigt att lära sig dessa nya arbetssätt är att det är särskilt angeläget utifrån arbetets målgrupp, barn och unga. Vad det verkar bidra med är känslan av att utmaningen att lära sig nya digitala arbetssätt är meningsfull. Vi har uppfattat en framtidsinriktning i att Lillian har lovat sig själv att vara med på det digitala tåget där hen syftar på utvecklingen och införandet av digitala arbetssätt. Troligtvis har även de känslorna bidragit till motivationen att hitta lösningar på egen hand.

Medan Lillian beskriver en lösningsorienterad anpassning och framtidsinriktning i förhållande till det digitala i arbetet så berättar Irene vidare om hur hen har resonerat kring en annan form av anpassning i att trotsa restriktioner och smittorisk för patienternas bästa:

Det blev ju en svår avvägning för oss där i början att vi jobbar hemma. Vilka är absolut i behov av att vi kommer hem? Då var det kanske lite lättare att försöka slira på restriktionerna även om man hade liksom munskydd och höll avstånd och allt sådant där. För det är inte för patientens bästa att Covid får bestämma (Irene).

Även om en situation upplevs som både begriplig och hanterbar så kan känslan av meningsfullhet minskas av upplevelser av att inte vara delaktig i beslutsfattande eller inte ha möjlighet att utöva sina förmågor (Antonovsky 2005, s. 47). Det framstår som att Irene har haft befogenhet att utifrån sin kompetens bedöma om patientens bästa eller restriktioner ska få väga tyngst för hur arbetet ska bedrivas. Möjligtvis finns det i citatet en antydning till att Irene även haft utrymme att tolka restriktionerna på egen hand utifrån samma avvägning.

Att känna ett slags kall som en del av att känna meningsfullhet är något som hjälper en att prioritera i sitt arbete (Jenny et al. 2022, s. 328). I Irene's fall verkar det finnas en känsla av ansvar gentemot patienten och dennes bästa. Det tycktes under intervjun inte beskrivas som en direkt ansträngande del i arbetet utan snarare som en självklarhet. Möjligtvis är detta ett tecken på ett kall vilket i sin tur kan innebära en glädjande och tillfredsställande arbetssituation med en motiverande känsla av meningsfullhet (Jenny et al. 2022, s. 329).

Att uppleva ett starkt engagemang eller kall har beskrivits som att potentiellt kunna ge upphov till både salutogena och patogena processer. Exempelvis uppstår en patogen process då en person som redan befinner sig på gränsen till utbrändhet fortsätter på samma nivå utifrån engagemang, plikt-känsla och krav på sig själv (ibid.).

I Irenes fall skulle det kunna innebära att fortsatt utföra sitt arbete trots en överhängande smittorisk. Kanske är det så att hen drevs till att utsätta sig för dessa risker för patienternas bästa trots en oro för den egna säkerheten. Det skulle ha inneburit en ökad frekvens av orospräglade situationer då dessa hembesök och patientbesök beskrevs av Irene som en central del i arbetet.

5.4 Helhetens påverkan på tillvaron

I de upplevelser som framkommit i våra intervjuer varierar nivåerna av KASAM:s tre komponenter inom de beskrivna situationerna. Nedan lyfter vi ett exempel av hur relationen mellan *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet* kan ha sett ut.

Vi har under alla tre föregående avsnitt berört smittorisk. I det här citatet beskriver Harry sina tankar kring den överhängande smittorisken i samband med att smittan ökade under december 2021:

December 2021 var ganska allvarligt med många som var smittade och många som låg på sjukhus. Då kände man ju att man är lite utsatt som sjukvårdspersonal och “Hur kommer det här gå?”. Men man visste ju mer om viruset då. Så det kändes som “är vi bara försiktiga så löser det sig nog”. Och då har jag fått mest bry mig om mig själv och mina patienter (Harry).

Citatet klargör att det uppstått en stressor i form av en känsla av utsatthet i och med den ökade smittan i samhället. Dessutom beskriver Harry att det nästan två år in i pandemin fortfarande finns en osäkerhet kring vad som ska ske framöver. Men trots det så konstaterar Harry att hen i det skedet vet mer om viruset vilket tycks göra att situationen känns mer begriplig vilket öppnar upp för hanteringsstrategier som Harry av erfarenhet känner sig trygg med. Vilka resurser som faktiskt använts framgår dock inte tydligt. Det framgick inte under intervjun vad strategin att vara försiktig innebär i praktiken. Inte heller nämndes några andra konkreta resurser för att hantera

situationen. Utifrån det Harry säger så uppfattar vi det som att hen upplevde hanterbarheten som låg under tiden av ökad smitta i december 2021.

De situationer där en person upplever en kombination av stark begriplighet och låg hanterbarhet inför en stressor är präglade av instabilitet (Antonovsky 2005, s. 48f). Vilken upplevelse av meningsfullhet en person har är vad som avgör vad denna kombination leder till. Om vi utgår ifrån vårt resonemang i föregående avsnitt om att känna ett kall och ett ansvar gentemot patienter kan innebära upplevd meningsfullhet så är det möjligt att även Harry känner meningsfullhet därigenom. I den osäkra situationen som beskrivs så ser Harry sig själv och sina patienter som första prioritet. Att uppleva meningsfullhet kan skapa motivation att fortsätta söka efter resurser för att öka hanterbarheten samtidigt som sökandet i sig bibehåller känslan av begriplighet (ibid.). Möjligtvis finns det en indikation på att Harrys motivation och upplevelse rörde sig i just den riktningen i och med den positiva inställningen att det nog kommer lösa sig om hen bara är försiktig.

Vi har endast vid ett fåtal tillfällen under våra intervjuer uppfattat en upplevelse av att alla KASAM:s tre komponenter framstått som starka i respondenternas beskrivningar. Ett av dessa tillfällen var när Gert beskrev situationen nedan:

Man har haft det här på arbetsplatsträffar emellanåt “Hur står det till i regionen, hur många är vaccinerade, hur många har legat på IVA?”. Och det tycker jag att man har hållit i en bra balans. Man har inte fastnat i en rädsla för att bli smittad liksom. Det är mer att man har varit försiktig då liksom. Hänsynsfull och följt restriktioner (Gert).

Under vår intervju med Gert uppfattade vi det som att hen upplevde sitt sammanhang som stabilt trots alla omständigheter som följt pandemin. De flesta stimulin eller stressorer tycktes antingen ha inneburit en lägre påfrestning eller så hanterades de framgångsrikt. Händelser beskrevs ibland som potentiella påfrestningar men att de i slutändan inte ledde till det. Exempelvis presenterade vi i avsnittet *En oförutsägbart tillvaro* hur Gert beskriver sig ha sett potentiella svårigheter i den ökade digitalisering

men sedan sammanfattar händelsen med att det har varit lugnt. I situationer där alla tre komponenter upplevs som höga samtidigt så innebär det ofta en stabilitet hos personen i fråga (Antonovsky 2005, s. 48). På grund av den genomgående beskrivningen av lugn inför pandemins påfrestningar ger det oss uppfattningen att så är fallet för Gert. Under intervjun framkom inga tydliga resonemang kring varför potentiella stressorer som ökad digitalisering inte hade någon större påverkan på Gert. Till stor del tycktes lugnet inför de nya utmaningarna bero på en personlig tilltro till att de är hanterbara.

Som vi nämnt tidigare så är social uppskattning ett måste för att en upplevd meningsfullhet ska finnas (Antonovsky 2005, s. 131). Det som Gert beskriver i citatet sades i samband med en längre beskrivning av att stämningen inom den närmaste arbetsgruppen varit lugn gentemot smittorisk och restriktioner. Utöver hänsynsfullhet gentemot varandra så nämndes även att en kontinuerlig dialog har förts kring hur situationen ser ut och hur den bäst ska hanteras. Enligt vår uppfattning så finns det därför en bra sammanhållning inom gruppen. Kanske är det därmed bland annat en upplevd meningsfullhet i det sociala som motiverar Gert och hans kollegor till att hålla sig uppdaterade om pandemin vilket tycks ha gynnat upplevelsen av begriplighet och förutsägbarhet under den tidsperioden. Då beskrivningen som nämnt gällde arbetsgruppen så framstår det som om en försiktighet och hänsynsfullhet har varit en gemensam hanteringsstrategi av osäkerheten kring ett smittsäkert arbete.

Utöver meningsfullhet så tycks det troligt att sammanhållningen varit gynnsam i att hitta det som Gert kallar en bra balans av informationsintag inom arbetsgruppen, vilket verkar ha förhindrat en rädsla för smittorisken. Sammantaget verkar det för Gerts del ha bidragit till en upplevelse av ett stabilt och tryggt sammanhang. Då Gerts egna lugn och tilltro till det sociala stödet på arbetsplatsen tycks ha varit stabilt utmed Covid-19-pandemin så har vi uppfattat det som att Gert haft en upplevelse av stark KASAM i många av de situationer som uppstått under den perioden. Att uppleva stark KASAM har visat sig predicera positiva upplevelser av det egna välbefinnandet (Eriksson & Lindström 2007, s. 938). I Gerts fall verkar socialt stöd och en positiv

syn på potentiella påfrestningar ha gynnat hens möjligheter till välbefinnande.

6. SLUTSATS

Syftet med vår studie har varit att undersöka hur Covid-19-pandemin påverkat BUP-kuratorers välbefinnande samt hur de har handskats med den nya tillvaron. I våra intervjuer har det framkommit att kuratorerna har upplevt en hel del oklarheter när det kommer till implementeringen av restriktioner och förhållningssätt gentemot smittorisen under pandemin. På en övergripande nivå har informationen upplevts tydlig men i vissa fall svårapplicerad på de olika enheternas dagliga arbete. Otydligheter har även uppstått kring när nya åtgärder ska införas samt hur länge de ska gälla. Detta har försvårat anpassningen för kuratorerna och gjort att sammanhanget upplevts mindre förutsägbart och begripligt, vilket uppgavs ha orsakat känslor av osäkerhet. Ombytliga smittskyddsåtgärder tycks även ha försvårat processen att lära sig hantera den överhängande smittorisen. Den osäkra och föränderliga tillvaron har av flera kuratorer beskrivits orsaka stress.

De kuratorer som påpekat en påverkan på det fysiska välbefinnandet hävdade att perioder av hemarbete inneburit en sämre ergonomiskt anpassad arbetsmiljö som lett till smärtor. Det framkom även beskrivningar av hur smittskyddsåtgärder på arbetsplatsen, så som ansiktsmasker, har inneburit ett fysiskt obehag.

Flera respondenter har uttryckt betydelsen av socialt stöd i det kollegiala. I perioder där umgänge har varit svårt utifrån restriktioner så har de försökt hitta kreativa lösningar för att bibehålla ett kollegialt umgänge. I många fall har det minskade umgänget inneburit mindre avlastning, avslappning och diskussionsdrivet lärande. I normala fall uppgavs dessa faktorer bidra till att göra utmaningar i arbetet mer hanterbara. Det minskade umgänget har även upplevts göra tillvaron tråkigare. Detta tycks även innebära en negativ effekt på känslan av meningsfullhet och motivation i arbetet.

Några kuratorer säger sig dock inte ha upplevt samma behov av socialt stöd. I dessa fall verkar det bero på att de har andra resurser att mobilisera genom tidigare erfarenheter. I sina resonemang jämför de framförallt med hur det hade varit om de var nya i arbetsgruppen eller på arbetsplatsen. Utöver mindre behov av socialt stöd genom avlastning eller avslappning så visade sig erfarenhet skapa ett lugn eller en trygghet i att exempelvis plötsligt behöva utföra utmanande arbetsuppgifter på egen hand.

Tidigare erfarenheter verkar även ha påverkat hur respondenterna hanterat och reagerat på den överhängande smittorisken. De kuratorer som upplevde sig ha arbetat i liknande situationer uttryckte mindre stress och oro över smittorisken än de som upplevde detta som en helt ny tillvaro. Flera av kuratorerna uppgav att oron för smittan gradvis minskade över tid i samband med att de lärde sig mer om viruset samt hittade sätt att förhålla sig till det.

En motiverande faktor för att fortsätta sitt arbete trots risken för smitta uppgavs vara ansvarskänslor gentemot patienterna. Trots alla påfrestningar under Covid-19-pandemin så har arbetet fortgått och kuratorerna har försökt hitta nya vägar att utföra det så gott det går. Nivån av begriplighet och hanterbarhet har varierat mellan olika kuratorer och situationer. Oavsett om synen på sammanhanget beskrivits som negativ eller positiv så verkar det genomgående finnas motiverande faktorer. Utöver den nämnda sociala uppskattningen så framstår strävan för patienternas bästa vara det som skapar meningsfullhet och viljan att trotsa en överhängande smittorisk och hantera de utmaningar som följer. Detta trots risken att det kan vara på bekostnad av ens egna säkerhet och välbefinnande.

7. SLUTDISKUSSION

Även om ett upplevt kall i arbetet är starkt motiverande och engagerande ser vi potentiella risker i att ansvarskänslor driver en person till att fortsätta trots risker för hälsa och välbefinnande. Exempelvis genom att välbefinnande och hälsa nedprioriteras mot patientansvaret, trots risk för att gå över gränsen till utmattning eller utbrändhet. Vi tror även att det finns risk för att skapa en illusion av att verksamheten fungerar väl under påfrestande tider så länge inte negativa effekter i individernas prestationer märks av samt om bristande välbefinnande inte kommuniceras.

Vi tror att fortsatt forskning är angeläget utifrån att sämre välbefinnande bland hälso- och sjukvårdspersonal skulle kunna innebära en risk för patientarbetet. Ser vi till citat i vår studie om att det sker ett lärande i det kollegiala så kan det ha en negativ effekt på arbetet med patienter när det sociala samspelet på arbetsplatsen minskas. Exempelvis tänker vi oss att det kan innebära ett mer ensidigt perspektiv på patientens problematik i och med att de spontana konsultationerna och diskussionerna i korridorer och lunchrum uppstår i lägre grad.

I förhållande till tidigare forskning inom liknande områden bidrar vår studie med att specifikt påvisa hur kuratorer inom barn- och ungdomspsykiatri i Sverige har upplevt det att arbeta under Covid-19-pandemin. Dessutom bidrar vår studie med att undersöka motivation utifrån upplevd meningsfullhet i kuratorernas arbete i denna kontext vilken främjar viljan att fortsätta arbeta i ett påfrestande sammanhang i en tid av ständig förändring.

Vi tror inte att de beskrivningar av sammanhang och tillvaro vi tagit del av är unika för just den kontext av barn- och ungdomspsykiatri som vi har undersökt. Vi anser att liknande frågor behöver undersökas på andra geografiska platser för att se till eventuella regionala skillnader. Då Covid-19-pandemin påverkat hela sjukvården i Sverige anser vi det även angeläget att undersöka hur det påverkat andra professioner

och områden inom hälso- och sjukvården som arbetar patientnära i andra sammanhang.

Även om Covid-19-pandemin kan anses vara en unik händelse så ser vi det inte som en omöjlighet att flera av de utmaningar som uppstått under den här perioden även kan uppstå under andra kriser. Däribland snabbt föränderliga förutsättningar, bristande tillgång till kollegor samt betydande utmaningar som personal inte erfarit tidigare. Därför tror vi att det är av vikt att i framtiden inte glömma bort sammanhangets påverkan på hälsa och välbefinnande.

8. REFERENSER

Akademikerförbundet SSR (u.å.) Kurator inom hälso- och sjukvård.

[<https://akademssr.se/yrkesfragor/socionom/kurator-inom-halso-och-sjukvard>.

Hämtat: 2022-03-31].

Albertsen, Karen, Martin Lindhardt Nielsen & Vilhelm Borg (2001) The Danish psychosocial work environment and symptoms of stress: The main, mediating and moderating role of sense of coherence. *Work & Stress*, 15 (3): 241–253.

Angelöw, Bosse (2015) *Mera arbetsglädje: att utveckla och stärka arbetslusten*. 1 uppl. Stockholm: Natur & kultur.

Antonovsky, Aaron (2005) *Hälsans mysterium*. 2 uppl. Stockholm: Natur och Kultur.

Bryman, Alan (2018) *Samhällsvetenskapliga metoder*. 3 uppl. Stockholm: Liber.

CDC (2018) Well being concepts. [<https://www.cdc.gov/hrqol/wellbeing.htm#three>.

Hämtat: 2022-05-20].

DiGiovanni, Madeline, Indigo Weller & Andrés Martin (2021) Pivoting in the pandemic: a qualitative study of child and adolescent psychiatrists in the times of COVID-19. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health* 15 (1): 1-15.

Eldén, Sara (2020) *Forskningsetik: vägval i samhällsvetenskapliga studier*. 1 uppl. Lund: Studentlitteratur.

Eriksson, Monika & Bengt Lindström (2006) Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: a systematic review. *Journal of epidemiology and community health*, 60 (5): 376–381.

Eriksson, Monika & Bengt Lindström (2007) Antonovsky's sense of coherence scale and its relation with quality of life: a systematic review. *Journal of epidemiology and community health*, 61 (11): 938–944.

Folkhälsomyndigheten (2020) Bekräftar fall av i Jönköping av nya coronaviruset (2019-nCoV). [<https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2020/januari/bekraftat-fall-av-nytt-coronavirus-i-sverige/>]. Hämtat: 2022-03-31].

Hallin, Anette & Jenny Helin (2018) *Intervjuer*. 1 uppl. Lund: Studentlitteratur.

Jenny, Gregor J, Georg F. Bauer, Hege Forbech Vinje, Rebecca Brauchli, Katharina Vogt & Stefen Torp (2022) Applying Salutogenesis in the Workplace. I: Maurice B. Mittelmark, Georg F. Bauer, Lenneke Vaandrager, Jürgen M. Pelikan, Shifra Sagy, Monica Eriksson, Bengt Lindström & Claudia Meier Magistretti (red.) *The handbook of salutogenesis*. 2 uppl. Cham: Springer Nature Switzerland AG.

Lennéer-Axelson, Barbro & Ingela Thylefors (2018) *Arbetsgruppens psykologi*. 5 uppl. Stockholm: Natur & Kultur.

Mittelmark, Maurice B (2022) Stressor Appraisal on a Pathway to Health: The Role of the Sense of Coherence. I: Maurice B. Mittelmark, Georg F. Bauer, Lenneke Vaandrager, Jürgen M. Pelikan, Shifra Sagy, Monica Eriksson, Bengt Lindström & Claudia Meier Magistretti (red.) *The handbook of salutogenesis*. 2 uppl. Cham: Springer Nature Switzerland AG.

Mittelmark, Maurice B & George F Bauer (2022) Salutogenesis as a Theory, as an Orientation and as the Sense of Coherence. I: Maurice B. Mittelmark, Georg F. Bauer, Lenneke Vaandrager, Jürgen M. Pelikan, Shifra Sagy, Monica Eriksson, Bengt Lindström & Claudia Meier Magistretti (red.) *The handbook of salutogenesis*. 2 uppl. Cham: Springer Nature Switzerland AG.

Munn, Lindsay Thompson, Tsai-Ling Liu, Maureen Swick, Robert Rose, Britney Broyhill & Michael Gibbs (2021) Well-being and resilience among health care workers during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *American journal of nursing*. 121 (8): 24-34.

Palm, Kristina & Andrea Eriksson (2018) Understanding salutogenic approaches to managing intensive work: Experiences from three Swedish companies. *Work: Journal of Prevention, Assessment & Rehabilitation*, 61 (4): 627–637.

Rennstam, Jens & Wästerfors, David (2015) Att analysera kvalitativt material. I: Göran Ahrne & Peter Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. 2 uppl. Stockholm: Liber.

Reuters (2019) Chinese officials are investigating cause of pneumonia outbreak in Wuhan. [<https://www.reuters.com/article/us-china-health-pneumonia-idUSKBN1Y Z0GP>. Hämtat: 2022-03-32].

SFS 2021:8. *Förordning om särskilda begränsningar för att förhindra spridningen av sjukdomen Covid-19*.

Sibeoni, Jordan, Emilie Manolios, Emmanuel Costa-Drolon, Jean-Pierre Meunier, Laurence Verneuil & Anne Revah-Levy (2021) Clinical practice during the COVID-19 pandemic: A qualitative study among child and adolescent psychiatrists across the world. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health* 15 (68): 1-15.

SKR (2020a) *Pandemin och hälso- och sjukvården november 2020: Läget och utvecklingen i hälso- och sjukvården med anledning av Covid-19*. Stockholm: Sveriges Kommuner och Regioner.

SKR (2020b) *Samverkan och förnyelse: En spaning över omställningen i hälso- och sjukvården under fem månader med corona*. Stockholm: Sveriges Kommuner och Regioner.

Socialstyrelsen (2021a) *Analys av första och andra Covid-19-vågen - Produktion, köer och väntetid i vården*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2021b) *Covid-19-effekter på produktion, köer och väntetider i barn- och ungdomspsykiatrin*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Svenskanamn (2022) Namngenerator [<https://svenskanamn.se/namngenerator/>]. Hämtat: 2022-05-06].

Sveriges Radio (2022) BUP saknar personal i nästan hela landet – hundratals anställda fattas. [<https://sverigesradio.se/artikel/bup-saknar-personal-i-nastan-hela-landet-hundratals-anstallda-fattas> Hämtat: 2022-03-31].

Vetenskapsrådet (2002) Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning. [<https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2002-01-08-forskningsetiska-principer-inom-humanistisk-samhallsvetenskaplig-forskning.html>]. Hämtat: 2022-03-29].

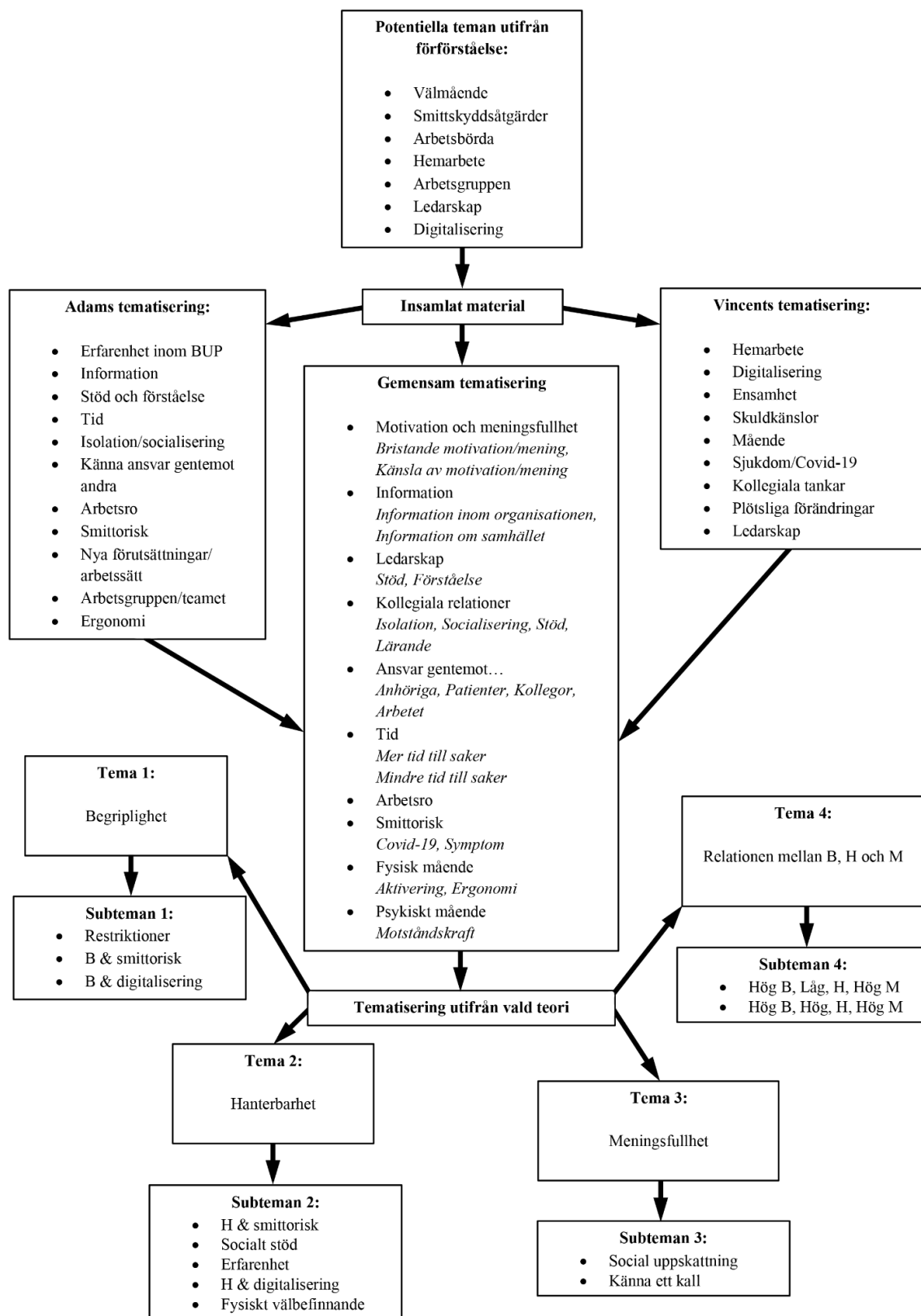
Vinje, Hege Forbech, Eva Langeland & Torill Bull (2022) Aaron Antonovsky's Development of Salutogenesis, 1979–1994. I: Maurice B. Mittelmark, Georg F. Bauer, Lenneke Vaandrager, Jürgen M. Pelikan, Shifra Sagy, Monica Eriksson, Bengt Lindström & Claudia Meier Magistretti (red.) *The handbook of salutogenesis*. 2 uppl. Cham: Springer Nature Switzerland AG.

9. BILAGOR

Bilaga 1: Respondenttabell

Intervju nr.	Respondent	Mötesform	Intervjulängd (min)
Intervju 1	Irene	Digital	36
Intervju 2	Harry	På plats	45
Intervju 3	Alf	På plats	31
Intervju 4	Lillian	Digital	22
Intervju 5	Berit	På plats	37
Intervju 6	Gert	Digital	34
Intervju 7	Maj	Digital	30

Bilaga 2: Tematiseringsprocessen



B = Begriplighet, H = Hanterbarhet, M = Meningsfullhet

Bilaga 3: Intervjuguide.

Inledning

Hur länge har du jobbat inom Barn- och ungdomspsykiatri?

Hur länge har du jobbat på den här enheten?

Välbefinnande

Hur upplever du att din tillvaro på arbetsplatsen har påverkats under pandemin?

Smittskyddsåtgärder

På vilka sätt har enheten du arbetar på anpassats i linje med restriktioner eller smittskyddsåtgärder?

Hur har du upplevt att dessa smittskyddsåtgärder respektive restriktioner påverkat ditt arbete?

Hur tycker du att mötet med klienter påverkats till följd av restriktionerna?

Hur har det varit för dig att befinna dig i sådana förhållanden?

Arbetsbörda

Hur har din arbetsbörda påverkats under Covid-19-pandemin?

Hemarbete

I vilken grad har du arbetat hemifrån under Covid-19-pandemin?

Vilka har för dig varit de största förändringarna med att arbeta hemifrån?

Hur har du upplevt det att arbeta hemifrån?

Arbetsgruppen

Hur upplever du att sammanhållningen sett ut inom teamet?

Hur har det påverkat din tillvaro under Covid-19-pandemin?

Ledarskap

Hur upplever du att ledarskapets roll sett ut under Covid-19-pandemin?

Upplever du att det har påverkat dig på något sätt?

Digitalisering

På vilka sätt upplever du att ditt arbete har förändrats i samband med digitalisering under Covid-19-pandemin?

Bilaga 4: Informations- och samtyckesblankett

Informations- och samtyckesblankett

BUP-kuratorers tillvaro och välbefinnande på arbetet under Covid-19-pandemin

Information till respondenter angående deltagande som intervjuperson i vårt examensarbete 2022.

Vi heter Vincent Krichau och Adam Söderqvist och studerar termin sex på socionomprogrammet vid Lunds universitet. Under vårterminen 2022 ska vi nu skriva vårt examensarbete varpå denna informations- och samtyckesblankett är menad att informera vad ett deltagande i vår studie innebär. Genom blanketten hoppas vi att du får den information som du behöver inför att delta. Vi hoppas att det blir tydligt för dig hur studien kommer att genomföras och vad det skulle innebära för dig som väljer att delta. Om du har några frågor får du gärna höra av dig till oss, våra kontaktuppgifter finns sist i dokumentet. Innan intervjun startar kommer vi att återkoppla till den här blanketten tillsammans och försäkra oss om att informationen har förmedlats på ett adekvat sätt.

Syfte

Syftet med vår studie är att undersöka hur kuratorer inom BUP resonerar kring tillvaro och välbefinnande på arbetsplatsen under Covid-19-pandemin. Vi är således intresserade av att veta hur din upplevelse har varit av att arbeta under Covid-19-pandemin.

Metod

Vår undersökning kommer att genomföras genom ett flertal enskilda intervjuer. Intervjuernas längd kommer då vara ca 30 minuter långa. Du kommer att få besvara frågor utifrån en av oss sammanställd intervjuguide som hanterar frågor relaterade till tillvaro och välbefinnande på arbetet under Covid-19-pandemin.

Vi kommer att spela in en ljudupptagning av intervjun som i efterhand kommer att transkriberas. Om intervjun sker digitalt så kommer även video att spelas in. Detta på grund av begränsningar i programvara. Videomaterialet kommer att raderas och endast ljudupptagningarna kommer att användas i studien. Detta innebär att du som intervjuperson kommer få godkänna att intervjun spelas in, vilket görs muntligt innan intervjun påbörjas. De intervjuer som genomförs kommer sedan endast att användas

som material till studien. De inspelade intervjuerna kommer att raderas när vår transkribering är färdigställd.

De etiska huvudprinciperna

I vår studie tar vi hänsyn till Vetenskapsrådets fyra etiska huvudprinciper. Däri återfinns informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet samt nyttjandekravet. Genom *informationskravet* delger vi dig som deltagande intervjuperson relevant information kring ditt deltagande i studien. Detta i samhörighet med *samtyckeskravet* innefattar att du som ställer upp i studien medverkar frivilligt och kan när som helst avbryta ditt deltagande. *Konfidentialitets- och nyttjandekravet* ämnar vi uppfylla genom att den för studien insamlade empirin endast är avsett för vår undersökning och ej kommer att delas vidare. Det inkluderar även att du som ställer upp i studien kommer att avidentifieras och anonymiseras genom att vi ej kommer inkludera exempelvis namn, kön, ålder eller enhetstillhörighet. Personuppgifter från dig som deltar kommer även förvaras på ett säkert sätt och sedermera förstöras när studien är färdigställd.

Frivilligt deltagande

Det är frivilligt att delta i studien. Det är även fullt möjligt att avbryta intervjun när som helst.

Innan intervjun påbörjas så kommer vi återkoppla till den här informationen och försäkra oss om att den framgått. I samband med detta lämnas samtycke genom muntligt godkännande på den inspelade ljudupptagningen.

Vi är mycket tacksamma om du vill och har möjlighet att ställa upp som intervjuperson i vår undersökning och bidra till vår studie!

Med vänliga hälsningar,

Vincent Krichau & Adam Söderqvist

Student

Adam Söderqvist

Tel: 073-xxx xx xx

Mail: ad8611so-s@student.lu.se

Student

Vincent Krichau

Tel: 070-xxx xx xx

Mail: vincentkrichau@gmail.com

Handledare

Jayne Jönsson

Mail: jayne.jonsson@fek.lu.se