



MEDICINSKA  
FAKULTETEN

Institutionen för hälsovetenskaper  
Arbets terapeutprogrammet

# Upplevelser av aktivitetsvärde vid deltagande i arbetsterapeutiska gruppinterventioner för personer med psykisk ohälsa

Författare: Frida Artman och Violeta Marković

Handledare: Klara Forsberg

Kandidatuppsats, Litteraturstudie

Våren 2024

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

# Upplevelser av aktivitetsvärde vid deltagande i arbetsterapeutiska gruppinterventioner för personer med psykisk ohälsa

Författare: Frida Artman och Violeta Marković  
Handledare: Klara Forsberg  
Examensarbete på kandidatnivå, Litteraturstudie  
Våren 2024

## Abstrakt

**Bakgrund:** Psykisk ohälsa påverkar förmågan att delta i aktiviteter i vardagen. Arbetsterapeuter kan genom gruppinterventioner möjliggöra engagemang i meningsfulla aktiviteter i vardagen för personer med psykisk ohälsa. Gruppinterventioner kan bidra med upplevelse av hälsa och välbefinnande utifrån teorier om aktivitetsvärden som beskrivs i den arbetsterapeutiska modellen 'The Value and Meaning in Occupations' (ValMO).

**Syfte:** Denna litteraturöversikt har som syfte att sammanställa upplevelser av aktivitetsvärde i samband med deltagande i arbetsterapeutiska gruppinterventioner för vuxna personer med psykisk ohälsa.

**Metod:** En allmän litteraturöversikt genomfördes och data analyserades med innehållsanalys med deduktiv ansats. De 12 artiklarna hämtades från databaserna PsychINFO och CINAHL, samt sekundärsökning.

**Resultat:** Resultatet visar flera upplevelser av aktivitetsvärdena konkret, sociosymboliska och självbelönande värde som framkommit i samband med deltagandet i arbetsterapeutiska gruppinterventioner.

**Slutsats:** Arbetsterapeutiska gruppinterventioner medför upplevelser av aktivitetsvärden och att det är meningsfullt för personer med psykisk ohälsa, vilket möjliggör upplevelser av hälsa och välmående.

## Nyckelord:

Arbetsterapi, gruppintervention, ValMO, aktivitetsvärden, psykisk ohälsa, psykiatri.

# Experiences of occupational value in occupational therapy group interventions for adults with mental illness

Author: Frida Artman och Violeta Markovic  
Supervisor: Klara Forsberg  
Bachelor thesis, Literature study  
Fall 2024

## Abstract

**Background:** Mental health affects the ability to participate in everyday life. Occupational therapy group interventions can enable people with mental illness to engage in meaningful occupations. Group interventions can give the participants experiences of health and well-being through the occupational values described in the occupational model 'Value and Meaning in occupations' (ValMO). **Aim:** This literature review has the aim to compile experiences of occupational value in relation to participation in occupational group interventions for adults with mental illness. **Method:** This study is a general literature review. The data was collected from the databases PsychINFO and CINAHL, and through a secondary search. The data has been analyzed with a deductive data analysis. **Result:** The result shows multiple experiences of the occupational values concrete, socio-symbolic and self-reward from participation in occupational therapy group interventions. **Conclusion:** Occupational therapy group intervention contributes to experiences of occupational value and that it is meaningful for people with mental illness, which enables experience of health and well-being.

## Keywords

Occupational therapy, group intervention, ValMO, occupational values, mental illness, psychiatry.

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

## **Tack**

Vi vill tacka vår handledare Klara Forsberg för all hennes stöttning, hjälp och vägledning genom utförandet av vårt kandidatarbete

# Innehållsförteckning

<b>Innehållsförteckning</b> .....	<b>4</b>
<b>Introduktion</b> .....	<b>5</b>
<b>Bakgrund</b> .....	<b>5</b>
Psykisk ohälsa i relation till vardagliga aktiviteter.....	5
Psykiatrisk vård och arbetsterapi för personer med psykisk ohälsa .....	6
Arbetsterapeutiska gruppinterventioner .....	6
ValMO-modellen.....	7
Psykisk hälsa i relation till aktivitetsvärde .....	8
Problemområde .....	8
<b>Syfte</b> .....	<b>9</b>
Frågeställning .....	9
<b>Metod</b> .....	<b>9</b>
Design.....	9
Urval.....	9
Datainsamling.....	10
Dataanalys .....	12
Forskningsetiska överväganden.....	13
<b>Resultat</b> .....	<b>13</b>
Artikelmatris.....	14
Konkret värde .....	17
Sociosymboliskt värde .....	19
Självbelönande värde .....	21
<b>Diskussion</b> .....	<b>22</b>
Resultatdiskussion .....	22
Metoddiskussion.....	26
Slutsats och implikationer .....	28
<b>Referenser</b> .....	<b>30</b>
<b>Bilagor</b> .....	<b>36</b>
Tabell 2: Sökning i Psycinfo .....	36
Tabell 3: Sökning i CINAHL .....	37

## **Introduktion**

Arbetsterapeutiska gruppinterventioner för vuxna personer med psykisk ohälsa kan möjliggöra förmåga att delta i aktiviteter i vardagen (D'amico et al., 2018). Gruppinterventioner kan bidra med upplevelse av hälsa, mening och välbefinnande utifrån teorier om aktivitetsvärden som beskrivs i den arbetsterapeutiska modellen 'The Value and Meaning in Occupations' (ValMO) (Erlandsson & Persson, 2020). Det finns flera etablerade arbetsterapeutiska gruppinterventioner riktade mot att förbättra psykisk hälsa och förmåga att delta i meningsfulla aktiviteter i vardagen (Rocamora-Montenegro et al., 2021). Det saknas däremot en sammanställande studie om upplevelser av aktivitetsvärden från deltagande i gruppinterventioner för vuxna personer med psykisk ohälsa.

## **Bakgrund**

### **Psykisk ohälsa i relation till vardagliga aktiviteter**

Psykisk hälsa är enligt World Health Organization [WHO] (2022) ett tillstånd av psykiskt välbefinnande där människor kan hantera livets utmaningar, ha möjlighet att använda sina förmågor för att utvecklas och lära sig samt kan delta i arbete och i samhället som man önskar. Psykisk hälsa är subjektivt och människor upplever olika mängder av svårigheter och påfrestningar som påverkar den psykiska hälsan genom livet. Psykisk hälsa är inte avsaknaden av psykiatriska tillstånd och sjukdomar, utan en person kan ha en psykisk sjukdom, men trots det uppleva psykisk hälsa (World Health Organization [WHO], 2022). Psykisk ohälsa är ett brett begrepp som innefattar allt från lättare psykiska besvär som till exempel oro, nedstämdhet och sömnbesvär till allvarigare psykiatriska tillstånd såsom schizofreni, depression, ångestsyndrom och bipolär sjukdom (Folkhälsomyndigheten, 2023).

Psykisk ohälsa påverkar förmågan att delta i aktiviteter i vardagen på olika sätt. Vanliga symtom vid psykisk ohälsa, som till exempel starka känslor av ångest, kan leda till svårigheter att delta i sociala sammanhang och kan påverka individens möjligheter att engagera sig i dagliga aktiviteter. Personer med psykisk ohälsa har större tendens både att kunna känna sig otillräckligt sysselsatta men också överbelastade. Känslan av otillräckligt sysselsatta kommer från få möjligheter att engagera sig i aktiviteter. Upplevelse av överbelastning kommer från att ha mycket att göra och överstimulering från miljö. Missnöje med mängden aktiviteter i ens vardag hindrar upplevelsen av aktivitetsbalans (Eklund & Leufstadius, 2009).

Personer med psykisk ohälsa kan också ha svårigheter med motivation och upplevelse av mening i vardagen (Mee & Sumsion, 2001). Personer med svår psykisk ohälsa spenderar ofta

en stor del av tiden på dygnet i stillsamma aktiviteter, som till exempel att sova, äta, ta hand om sig själv och observera människor eller objekt (Eklund & Leufstadius, 2009; Leufstadius & Eklund, 2014). Att spendera stor del av sin tid på stillsamma aktiviteter har visats ha ett samband med sämre hälsa, livskvalité och mindre sociala interaktioner (Leufstadius & Eklund, 2014).

### **Psykiatrisk vård och arbetsterapi för personer med psykisk ohälsa**

Psykiatriska vård- och stödinsatser finns både inom regional och kommunal sjukvård. Insatser för personer med psykiatriska diagnoser eller psykiska besvär ges inom regional psykiatrisk slutenvård och öppenvård samt inom kommunernas primärvård och socialpsykiatri i Sverige (Statens offentliga utredningar [SOU], 2021; Sveriges Kommuner och Regioner [SKR], 2023). Vård- och stödinsatser för personer med psykisk ohälsa kan innefatta en mängd olika interventioner såsom till exempel läkemedelsbehandling, psykologisk behandling, psykosociala insatser och fysiska aktiviteter (Socialstyrelsen, 2021). Forskning visar att arbetsterapeuter har kunskaper om psykisk hälsa och den sociala miljöns påverkan på individers psykiska hälsa. Arbetsterapeuters helhetsperspektiv och unika aktivitetsfokus möjliggör meningsfulla aktiviteter för personer med psykisk ohälsa, samt underlättar att utveckla, behålla och återfå förmågan att engagera sig i aktiviteter i vardagen. Arbetsterapeuternas kunskaper och expertis har en tydlig roll i team inom psykiatrisk vård och behandling (D'amico et al., 2018). Bejerholm & Eklund (2007) belyser hur arbetsterapeutiska interventioner i psykiatrisk vård syftar bland annat till ökad förmåga att vara delaktig i vardagliga aktiviteter och hur förmåga att vara delaktig och engagera sig i meningsfulla aktiviteter associeras med färre psykiatriska symtom och bättre självskattade värden på livskvalitet. Engagemang i meningsfulla aktiviteter visade sig underlätta identitetsskapande och inre behov av att känna tillhörighet.

### **Arbetsterapeutiska gruppinterventioner**

Arbetsterapeutiska gruppinterventioner i psykiatrisk vård påverkar förmågan att delta i aktiviteter som upplevs meningsfulla för personer med psykisk ohälsa. Gruppinterventioner för personer med psykisk ohälsa kan skapa känslor av tillhörighet, delaktighet och självförtroende för deltagarna (Forsberg et al., 2024). Värdefulla aspekter i arbetsterapeutiska gruppinterventioner är gruppsammanhållning, interpersonellt lärande och instillation av hopp (Falk-Kessler et al., 1990). En god gruppsammanhållning bidrar till engagemang, förtroende och känsla av tillhörighet hos gruppdeltagarna, vilket möjliggör utveckling och förändring (Yalom, 1985). Sammanhållning inom gruppen är en nödvändig del av den terapeutiska effekten av antingen sociala eller uppgiftsrelaterade aktiviteter, där aktiviteten bidrar med ett gemensamt fokus och gruppdeltagarna får lära sig samarbeta tillsammans i aktiviteten. Vidare

är interpersonellt lärande och att lära sig relatera till andra gruppdeltagare, något som ofta är stärkande för deltagare i gruppinterventioner. Arbetsterapeutiska gruppinterventioner arbetar följaktligen med målsättning för att utveckla och upprätthålla användbara färdigheter (Falk-Kessler et al., 1990), vilket bidrar till hopp och vägledning inför framtiden som är väsentligt vid psykiatrisk vård (Anthony et al., 1984).

### **ValMO-modellen**

ValMO-modellen beskriver flera aspekter av det komplexa fenomenet aktivitet och består av bland annat värdetriaden som bidrar till att tydliggöra, samt förstå principerna för hur aktivitet kan upplevas. Aktivitetstriaden består av tre olika värddimensioner som kan upplevas i samband med en aktivitet: konkret, socio-symboliskt och självbelönande (Erlandsson & Persson, 2020). Kategorisering av aktiviteter ökar förståelsen av aktiviteternas olika betydelser till den enskilda individen utifrån hans preferenser och upplevelser, vilket i sin tur bidrar till välbefinnande (Hammell, 2004; Jonsson & Persson, 2006, refererad i Erlandsson & Persson, 2020). Aktivitetsvärde är en viktig förutsättning för att uppleva mening i livet och kan vara närvarande i alla aktiviteter, men intensiteten varierar. Det konkreta värdet förknippas med påtaglighet och är resultatet av en aktivitet som kan vara en tillfredsställande produkt eller en utveckling av en färdighet. En aktivitet som ger självbelönande värde ger glädje och njutning, vilket fokuserar på den omedelbara belöningen av aktiviteten (Erlandsson & Persson, 2020). En aktivitet som har ett starkt självbelönande värde kan leda till att man glömmer sig själv, tid och rum, ofta kallat flow (Csenkszentmihalyi, 1975 refererad i Erlandsson & Persson, 2020).

Det sociosymboliska värdet tydliggör den sociala aspekten av en symbolisk värddimension, och kan förklaras genom kommunikation, identifikation och katarsis. Det sociosymboliska värdet kan förekomma i ickeverbal kommunikation med omgivningen i samband med det valet av aktiviteten, även känslan i upplevelsen bidrar till en form av budskap utan ord. Omgivningen kan följaktligen stimulera och uppmuntra till en aktivitet, liksom hindra eller dämpa. Olika personer som väljer olika aktiviteter länkas därav till olika grupper eller subgrupperingar där somliga aktiviteter uppmuntras och andra nedvärderas. Upplevelsen av tillhörighet och identifikation med en subkultur, kultur eller ideologi är således också en aspekt av den sociosymboliska dimensionen (Erlandsson & Persson, 2020). Katarsis inkluderas även i den sociosymboliska dimensionen som relateras till den tillfälliga inre lättnaden från krav eller press tillsammans med andra (Yalom, 1975 refererad i Erlandsson & Persson, 2020).



## **Psykisk hälsa i relation till aktivitetsvärde**

Aktivitetsvärdena har visats ha koppling till hälsa och välbefinnande, en generellt starkare upplevelse av aktivitetsvärde ger bättre hälsa och välbefinnande (Eklund et al., 2003). Aktiviteter behövs upplevas meningsfulla för individen som gör aktiviteten för att främja individens hälsa. Allt det som kan upplevas meningsfullt med aktiviteter kan delas upp i de tre övergripande aktivitetsvärdena. Engagemang i aktiviteter som innehåller aktivitetsvärden skapar upplevelsen av mening och gör aktiviteterna meningsfulla (Persson et al., 2001). Vid psykisk ohälsa kan meningsfulla aktiviteter som individen utfört under en stor del av hens liv försvinna ur personens aktivitetsrepertoar, då personen inte längre är förmögen att utföra aktiviteten eller aktiviteterna. Personer med psykisk ohälsa kan tvingas att ändra sin aktivitetsrepertoar för att återfå tidigare meningsfulla aktiviteter eller hitta nya (Eklund & Leufstadius, 2009). Vid sjukdomar och skador kan även personens upplevelse av vad som är meningsfullt ändras och personer kan behöva skapa nya meningsfulla aktiviteter i det nya sammanhanget. Med hjälp av arbetsterapi kan anpassningar göras för att återfå möjligheter att utföra meningsfulla aktiviteter men på ett nytt sätt. Känslan av att kunna behålla sina aktiviteter leder till en känsla av att kunna hantera den nya situationen som ger upplevelse av kontroll och kompetens (Erlandsson & Persson, 2020; Sharrotte 1983, refererad i Persson et al., 2001).

## **Problemområde**

I nuläget saknas en sammanställning av vilka upplevelser av aktivitetsvärden som arbetsterapeutiska gruppinterventioner möjliggör för personer med psykisk ohälsa. Det finns ett behov av mer och nyare forskning kring deltagarnas upplevelser av arbetsterapeutiska gruppinterventioner vid olika sorters psykisk ohälsa för att veta vad som är meningsfullt och viktigt för deltagarna. Det behövs även mer forskning om upplevelserna av aktivitetsvärde i relation till psykisk ohälsa och deras samband, vilket vår litteraturöversikt kan bidra med ökad kunskap om. Vår litteraturöversikt syftar därför till att sammanställa upplevelser av aktivitetsvärde i samband med deltagande i arbetsterapeutiska gruppinterventioner för personer med psykisk ohälsa. Kunskapen om vad deltagarna upplever meningsfullt i gruppinterventioner kan möjligtvis hjälpa vuxenpsykiatriska verksamheter se över vilka arbetsterapeutiska gruppinterventioner som kan medföra aktivitetsvärden och mening till deltagarna, som passar in i deras verksamhet utifrån deras behov och resurser. Det kan leda till att verksamheterna kan erbjuda god och värdefull arbetsterapeutisk vård, vilket möjliggör för vuxna med psykisk ohälsa att delta och engagera sig i meningsfulla aktiviteter som kan minska psykiatriska symtom och öka livskvalitén (Bejerholm & Eklund, 2007).

## **Syfte**

Denna litteraturöversikt har som syfte att sammanställa upplevelser av aktivitetsvärde i samband med deltagande i arbetsterapeutiska gruppinterventioner för vuxna personer med psykisk ohälsa.

## **Frågeställning**

Vilka aktivitetsvärden upplever vuxna personer med psykisk ohälsa vid närvaro, under tidsperioden och efter avslutad arbetsterapeutisk gruppintervention?

## **Metod**

### **Design**

Studien är en allmän litteraturöversikt, vilket enligt Friberg (2022a) ger en överblick av kunskapsläget om ämnet. Litteraturöversikten har genomförts med en deduktiv ansats enligt Elo & Kyngäs (2008). En deduktiv ansats valdes för att fånga aktivitetsperspektivet i artiklarna och vilka aktivitetsvärden gruppinterventionerna kunde ge deltagarna.

### **Urval**

Databaserna som användes vid litteratursökningen är PsychINFO som har ett brett urval av artiklar med inriktning på psykisk hälsa och CINAHL med urval i omvårdnad. Inklusions- och exklusionskriterierna ändrades under arbetet men de slutgiltiga nämns här. Inklusionskriterierna var att artiklarna skulle vara kvalitativa, skrivna på engelska, publicerade mellan 2005-2024, deltagarna ska vara vuxna mellan 18-64 år, svara på kandidatuppsatsens syfte, originalartiklar och etiskt godkända enligt respektive lands lagstiftning. Exklusionskriterierna var artiklar med fokus på enbart intellektuell funktionsnedsättning, alzheimers/demens eller substansbrukssyndrom.

### **Datainsamling**

Artikelsökningen skedde i PsychINFO och CINAHL. Sökorden som användes var "occupational therapy", "psychiatric" och "group interventions" för att fånga kategorierna arbetsterapi, psykiatri och gruppinterventioner. Sökningen breddades och specificerades med booelska operatorer. Booelska operatorer är när sökorden sammanställs till en större sökning med termerna "AND" och "OR". "AND" specificerar sökningen och "OR" breddar sökningen (Henricson, 2017). Svensk MeSH användes för att översätta ämnesord, samt hitta synonymer till valda sökord (Karolinska Institutet, 2024). Synonymer för sökorden och ämnesord från de olika databaserna skapade sökblock med termen OR. Sökblocken för de olika kategorierna

arbetsterapi, psykiatri och gruppinterventioner kombineras till en större sökning med termen AND för att få artiklar som täckte alla tre huvudområdena. Se sökschema i bilagorna (tabell 2 och tabell 3).

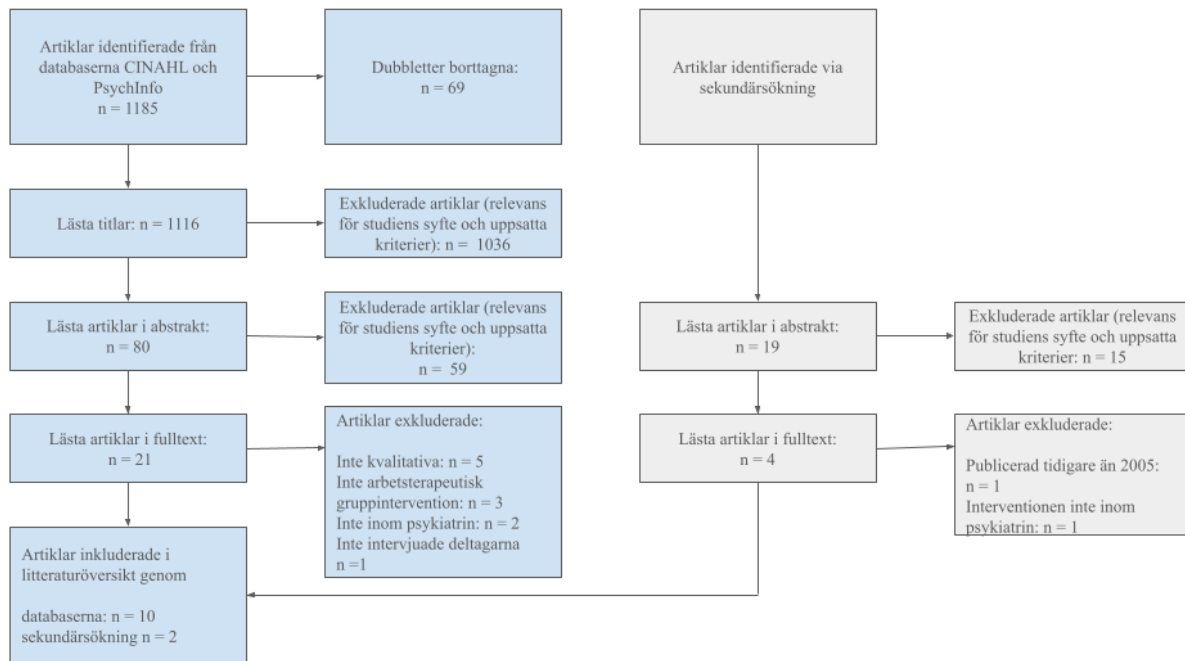
Vid första sökningen utförde båda författarna hela datainsamlingen. I första sökningen exkluderades artiklar med fokus på diagnoserna autism och ADHD och artiklar publicerade tidigare än året 2014. Två kompletterande sökningar utfördes för att inklusions- och exklusionskriterierna ändrades under arbetets gång. En andra sökning genomfördes för att inkludera ett bredare tidsintervall där ena författaren läste alla titlar, därefter blev de utvalda artiklarnas abstrakt lästa. Den ena författaren läste alla titlar, därefter blev de utvalda artiklarnas abstrakt lästa. Båda författarna läste fulltext av artiklarna i andra sökningen. Vid den tredje sökningen inkluderades diagnoserna autism och ADHD och båda författarna utförde hela datainsamlingen. Sökorden var detsamma i de tre sökningarna. Det som ändrades i de två kompletterande sökningarna var filterna för sökningarna.

De tre artikelsökningarna i databaserna CINAHL och PsychINFO resulterade i 1185 artiklar. 69 dubletter sorterades bort manuellt. Titlarna granskades på de kvarstående 1116 artiklarna och 1036 artiklar exkluderades på grund av relevans för studiens syfte. De exkluderade artiklarnas titlar framförde att artiklarna inte var kvalitativa, arbetsterapeutiska eller inriktade för vuxna med psykisk ohälsa. Vid osäkerhet kring artiklarnas relevans för studien, utifrån titeln, lästes abstrakten för att klargöra ifall artiklarna skulle tas vidare i datainsamlingen. Abstrakten lästes på 80 artiklar där 21 artiklar valdes ut utifrån inklusions- och exklusionskriterierna. De 21 artiklarna lästes i fulltext och ytterligare 11 artiklar exkluderades. 10 artiklar inkluderades från databaserna. En sekundärsökning utfördes på grund av behov av fler artiklar.

Sekundärsökningen utfördes genom att referenslistor på artiklarna som svarade på studiens syfte granskades för att finna ytterligare relevanta artiklar (Friberg, 2022b). Samma inklusions- och exklusions kriterier ställdes på artiklarna vid sekundärsökningen. Sekundärsökningen utfördes av en av författarna. 2 artiklar inkluderades från sekundärsökningen till litteraturöversikten. För översikt över urvalsprocessen se Figur 1.

Artiklarnas kvalitet granskades enligt granskningsmallen för kvalitativa studier från Friberg (2022b) för att bedöma den vetenskapliga kvaliteten. Kvalitetsgranskningen utfördes efter de 12 artiklarna var utvalda. Granskningsmallen består av 14 stycken ja och nej frågor, där ett "ja" ger 1 poäng och "nej" ger 0 poäng. Poängen adderas ihop till totalsumman för att sedan divideras med den maximala poängsumman som var 14 för att få en procentsats. Procentsatsen visade vilken kvalitetsnivå artikeln hade. Procentsats lägre än 60% indikerade att artikeln var av

lågkvalitet och exkluderas från studien. Procentsats mellan 60%-80% visade att artikeln hade medelkvalitet. Procentsats högre än 80% visade på hög kvalitet (Mårtensson och Fridlund, 2017). Båda författarna utförde kvalitetsgranskningen och delade upp artiklarna mellan dem. Samtliga 12 artiklar bedömdes vara av medel eller hög kvalitet och därmed inkluderades i studien.



**Figur 1.** PRISMA flödesschema (Page et al., 2021) över urvalsprocessen av artiklarna som inkluderats i litteraturoversikten.

## Dataanalys

Vid ett deduktivt arbetssätt används befintliga teorier och allmänna principer för att dra slutsatser. Det avgör vilken information som ska samlas in och hur tolkningen av informationen sker (Patel & Davidson, 2019). En deduktiv innehållsanalys användes där innehållet analyserades enligt Elo och Kyngäs (2008) utifrån kategorier från ValMO-modellens aktivitetsvärden: konkret värde, självbelönande värde och sociosymboliskt värde (Erlandsson & Persson, 2020). Tre faser ingick i analysprocessen av data: förberedelse, organisering, rapportering av analysprocessen och resultaten (Elo & Kyngäs, 2008). I förberedelsefasen valdes analysenhet genom att de utvalda artiklarna från artikelsökningen kvalitetsgranskades och skrevs ut i en detaljerad artikelmatris för att få en översikt. Analysenheten bestod av datamaterialet från artiklarnas resultat. I förberedelsefasen lästes analysenheten för att få en helhetsuppfattning om vad analysenheten handlade om.

I nästa fas; organisering, skapades en kategoriseringsmatris (Elo & Kyngäs, 2008) enligt ValMO-modellens aktivitetsvärden med de tre kategorierna; konkret, självbelönande och sociosymboliskt (Erlandsson & Persson, 2020). Meningsbärande enheter i relation till deltagarnas upplevelser av aktivitetsvärden markerades med olika färger i artiklarna, grönt för konkret, blått för sociosymboliskt och rosa för självbelönande. Författarna diskuterade därefter kring vilka meningsbärande enheter som var relevanta att inkludera i kategoriseringsmatrisen för att nå en överenskommelse. Valda meningsbärande enheter placerades i kategoriseringsmatrisen i separata tabeller utifrån aktivitetsvärdena.

De meningsbärande enheterna översattes till svenska, kondenserades och kodades för att få ut det essentiella i enheterna. Kodningen granskades och justerades av författarna för samstämmighet mellan författarna. Se tabell 1 för exempel ur kategoriseringsmatrisen som visar processen av dataanalysen från meningsbärande enheter till koder. I sista fasen, rapportering av analysprocessen och resultaten, skrevs resultatet fram utifrån de tre kategorierna av aktivitetsvärde enligt ValMO (Erlandsson & Persson, 2020) som framkommit från analysen (Elo & Kyngäs, 2008).

**Tabell 1:** Exempel ur kategoriseringsmatrisen. Färgerna markerar de olika aktivitetsvärdena: grönt för konkret, blått för sociosymboliskt och rosa för självbelönande. Siffrorna inom parentes säger vilken artikel den meningsbärande enheten kommer ifrån och är detsamma som i artikelmatrisen.

Meningsbärande enheter	Kondenserade meningsbärande enheter	Kod
(8) Participants reflected that they had gained much knowledge on how to communicate more effectively and understood the mechanics of communication.	Deltagarna reflekterade över att de hade fått mycket kunskap om hur man kommunicerar mer effektivt och förstod hur kommunikationen fungerar.	Utvecklar förmåga (kommunikation)
(3) In general, group factors that encouraged feeling part-of and connected, such as the closed group structure and peer support mentioned earlier, were important facilitators.	Viktiga grupp faktorer var känslan av delaktighet och samhörighet såsom kamrattöd.	Känna tillhörighet
(9) The group represented a secure environment that contributed to strength, inspiration and joy.	Gruppen upplevdes som en trygg miljö som bidrog till känsla av glädje.	Känna glädje genom gruppen

## Forskningsetiska överväganden

I litteraturstudien inkluderades enbart studier som var etiskt granskade enligt respektive lands lagstiftning och riktlinjer. Detta för att säkerställa att individerna i studierna inte har utsatts för skada, utnyttjning eller kränkning och att studierna har värnat om människors lika värde, integritet och självbestämmande (Kjellström, 2017).

## Resultat

Resultatet består av tolv vetenskapliga artiklar med kvalitativ metod. Artiklarna berör personer med psykisk ohälsa och deras upplevelser av arbetsterapeutiska gruppinterventioner. Det fanns en variation i utformningen av de arbetsterapeutiska gruppinterventionerna i artiklarna, några gruppinterventioner var manualbaserade och några hade en friare struktur. "Starting out" programmet, "Vardag i balans" (ViB), "Meaningful activities and Recovery" (MA&R) och "Ha Koll" utgjorde de manualbaserade gruppinterventionerna. De arbetsterapeutiska gruppinterventionerna som beskrivs i artiklarna är grupper med fokus på återhämtning, psykoedukativa grupper, diskussionsgrupper, arbetsterapeutiska grupper i psykiatrisk slutenvård och i psykiatrisk öppenvård, aktivitetsbaserade grupper, arbetsförberedande grupper och workshops för delaktighet i vardagen. Studierna till de vetenskapliga artiklarna utfördes i länderna: Australien (1), Singapore (1), Sverige (4), Kanada (2), Danmark (1), Sydafrika (2) och Storbritannien (1). Artiklarna är publicerade mellan åren 2005-2022. Sammanfattningar av samtliga artiklar finns i artikelmatrisen (se nedan, s.12). Resultatet av artiklarna redovisas utifrån ValMOs aktivitetsvärden; konkret, sociosymboliskt och självbelönande (Erlandsson & Persson, 2020).

## Artikelmatris

Titel	Författare	År, Land	Syfte	Design och deltagare	Intervention	Resultat	Aktivitetsvärde kopplat till interventionerna	Artikelkvalité
(1) An evaluation of a vocational group for people with mental health problems based on the WORKS framework.	Hitch, D., Robertson, J., & Fossey, E.	2017, Australien	Utvärdera implementering genom att undersöka upplevelsen av arbetsförberedande "Starting out" programmet baserad på WORKS ramverk i australiensisk psykiatrisk vård.	Fokusgrupps intervjuer genomfördes och kvalitativ innehållsanalys användes för att analysera datan. Studien inkluderade 20 deltagare med långvarig psykisk ohälsa. Ingen av deltagarna arbetade eller studerade vid deras deltagande i programmet.	Programmet bestod av totalt sex stycken workshops liknande gruppssessioner varje vecka. Varje session pågick i två timmar. Gruppssessionerna varierade mellan mindre och större grupper, hemuppgifter och regelbundna tillfällen för att få feedback.	Två teman relaterade till upplevelsen av programmet: "Arbeta tillsammans" och "Uppleva strukturerade workshops". Fyra teman framkom relaterade till påverkan av återhämtning och arbetsrelaterade mål i gruppen.	Konkret Sociosymboliskt	12p (86%)

(2) Benefits of Occupational Therapy Activity-Based Groups in a Singapore Acute Psychiatric Ward: Participants' Perspectives.	Ngooi, B.X., Wong, S.U., Dehui Chen, J., Shi Yin Koh, V., Rui Wen Ng, A., Binte Sahrol, S., Kai Wen Lai, J., Chu-Shern Lim, J., Cheok Em Fong, N., & Ru Tan, W.	2021, Singapore	Förstå fördelarna med att delta i arbetsterapeutiska aktiviteter baserade grupper i en akutpsykiatrisk vård ur ett asiatiskt perspektiv.	En kvalitativ forskningsmetod med deskriptiv design användes. Individuella semistrukturerade intervjuer genomfördes med sex deltagare inom psykiatrisk slutenvård.	Varje vardagsmorgon genomfördes en timmes aktivitet i gruppen.	Tre teman framkom: (1) den terapeutiska relationen, (2) gemenskap med andra och (3) möjligheten att engagera sig.	Konkret Sociosymboliskt Självbelönande	12p (86%)
(3) Group leader and participant perceptions of Balancing Everyday Life, a group-based lifestyle intervention for mental health service users.	Lund, K., Hultqvist, J., Bejerholm, U., Argentzell, E., & Eklund, M.	2020, Sverige	Gruppledare och gruppdeltagares perspektiv på innehåll och utformning av gruppinterventionen "Vardag i Balans" (ViB), inkluderat hjälpande och hindrande faktorer och vad som kunde förbättras i interventionen.	Fokusgruppsintervjuer och individuella intervjuer genomfördes. Metoden konstruktivistisk grundad teori styrde datainsamling och analys. Studien inkluderade 12 gruppledare och 19 gruppdeltagare från vuxenpsykiatrisk öppenvård.	ViB syftar till att stödja deltagarna att uppnå en mer balanserad och tillfredsställande vardag, även sociala interaktioner.	ViB hjälpte deltagarna relatera till andra, mer engagemang och balans i vardagen. Underlättande faktorer inkluderade klientcenterat fokus, fysiska och känslomässiga miljöer.	Konkret Sociosymboliskt	13p (93%)
(4) "I'm not alone": Women's experiences of recovery oriented occupational therapy groups following depression.	Woolley, H., Levy, E., Spector, S., Geneau, N., Castro, A., Rouleau, S., & Roy, L.	2019, Kanada	Bättre förståelse för hur arbetsterapeutiska grupper med fokus på återhämtning formar deltagarnas upplevelse av vardagen, inklusive återhämtning.	5 individer som tidigare hade deltagit i minst en arbetsterapeutisk grupp med fokus på återhämtning fick genomföra två djupgående semistrukturerade intervjuer. Data analyserades med tolkande fenomenologisk analys.	Två olika arbetsterapeutiska gruppinterventioner utforskades: en underlättade återgång till arbete för personer med svår psykisk ohälsa, och den andra interventionen fokuserade på strategier för att hantera och leva med psykisk ohälsa.	Teman som framkom var, deltagarnas uppfattning om "normalt" och meningsfullt deltagande. Både positiva och negativa upplevelser framkom. Det positiva var att vara med andra som hade liknande erfarenheter och arbetsterapeutens stöd.	Konkret Sociosymboliskt	12p (86%)
(5) It's the activity that counts: What clients value in psycho-educational groups.	Cowls, J. & Hale, S.	2005, Kanada	Att undersöka vad deltagarna upplever värdefullt i psykoeducativa grupper i psykiatrisk slutenvård.	Individuella intervjuer med 8 deltagare kring upplevelser av grupperna samt övergången från aktivitetsgrupper till psykoeducativa grupper. Datan analyserades med grundad teori.	Både psykoeducativa grupper med fokus på självkänsla, konflikthantering och stresshantering, samt aktivitetsbaserade grupper med matlagning, utflykter, skapande och träning.	Identifierade teman av vad som upplevdes värdefullt var gruppstruktur, förmåga att delta och bearbeta information, och grupp miljö.	Sociosymboliskt	11p (79%)

(6) Joining, belonging, and re-valuing: A process of meaning-making through group participation in a mental health lifestyle intervention.	Lund, K., Argentzell, E., Leufstadius, C., Tjörnstrand, C., & Eklund, M.	2019, Sverige	Utforska deltagarnas perspektiv om livsstilsinterventionen "Vardag i Balans" (ViB), genom egna uppfattningar om vad som ger mening när man deltar i en grupp.	Konstruktivistisk grundad teori användes i datainsamlingen och analysen av 26 individuella intervjuer med 19 ViB deltagare.	ViB syftar till att stödja deltagarna att uppnå en mer balanserad och tillfredsställande vardag, även sociala interaktioner.	Att inte längre känna sig ensam bidrog med mening. Deltagarna och ledarna ansågs vara viktiga delar av gruppen och deltagarna uppskattade känslan av förståelse, respekt och att kunna hjälpa andra.	Sociosymboliskt Självbelönande	13p (93%)
(7) "Moving on to an Open World": A Study of Participants' Experience in Meaningful Activities and Recovery (MA&R).	Tepavicharov, N. K., Christensen, J. R., Møller, T., Falgaard Epløv, L. & Bøgevik Bjørkedal, S. T.	2022, Danmark	Undersöka deltagarnas upplevelse av hur "Meaningful activities and Recovery" interventionen påverkar engagemang i aktiviteter och återhämtning.	Studien hade en fenomenologisk hermeneutisk design med semi-strukturerade intervjuer. 13 deltagare med psykiatriska funktionsnedsättningar som deltagit i MA&R interventionen intervjuades individuellt med semi-strukturerade intervjuer. Datan analyserades med Malteruds systematiska textkondensering.	Meaningful activities and Recovery (MA&R) fokuserar på meningsfulla aktiviteter och återhämtning. Interventionen lär deltagarna om flow, målsättning, storytelling och engagemang i aktiviteter.	Interventionen gav verktyg till att främja återhämtning genom möjlighet till reorientation, skapandet av mening i dagliga aktiviteter och nytt perspektiv på det dagliga livet.	Konkret Självbelönande	14 (100%)
(8) Occupational therapy groups as a vehicle to address interpersonal relationship problems: mental health care users' perceptions.	Radnitz, A., Christopher, C., & Gurayah, T.	2019, Sydafrika	Utforska uppfattningen av arbetsterapi-grupper för patienter i slutna psykiatrisk vård som ett medel för att ta itu med interpersonella relationsproblem.	Fyra semistrukturerade fokusgruppsintervjuer genomfördes med 25 deltagare. Datan analyserades med induktiv tematisk analys.	Grupptillfällena var indelade i tre olika teman, ett tema per vecka. Fokus i denna studie var den veckan om interpersonella färdigheter. Programmet inkluderade olika typer av grupp-sessioner varje tema-vecka, exempelvis livskunskapsgrupp, hantverksgrupp och mindfulnessgrupp.	Fyra teman framkom från intervjuerna. "Vi alla har relationsproblem", "Vi har fått verktyg och använder oss av dem", "Jag är mindre krävande nu" och "Jag vill göra det, men det verkar omöjligt".	Konkret Sociosymboliskt	13p (93%)
(9) Patients' experience of groups in outpatient mental health services and its significance for daily occupations.	Sundsteigen, B., Eklund, K. & Dahlin-Ivanoff	2009, Sverige	Utforska hur patienter i psykiatrisk öppenvård upplever deltagandet i arbetsterapeutiska grupper och vilken betydelse det har på dagliga aktiviteter.	Data insamlad genom fokusgruppsintervjuer med 14 deltagare. Data analyserades enligt Kruegers metod för analys av fokusgrupper.	Arbetsterapeutiska gruppinterventioner inom psykiatrisk öppenvård.	Teman som hittades kring positiv förändring från gruppinterventionerna var tajming, tillhörighet, delaktighet, utmaning, meningsfulla aktiviteter och balanserad syn på sjukdom.	Konkret Sociosymboliskt Självbelönande	14p (100%)



(10) The experiences of veterans with mental health problems participating in an occupational therapy and resilience workshop intervention: an exploratory study.	Vaughan-Horrocks, H., Reagon, C., & Seymour, A.	2021, Storbritannien	Undersöka påverkan av arbetsterapeutisk gruppintervention för krigsveteraner med psykisk ohälsa.	En tolkande hermeneutisk fenomenologisk approach tillämpades. Tio deltagare deltog i två semistrukturerade fokusgruppsintervjuer. Datan analyserades med tematisk analys.	Workshops i gruppformat med fokus på arbetsterapi- och resiliens som syftar till att förbättra delaktighet i vardagen. Aktiviteter och muntlig reflektion ingick i gruppens utformning.	Deltagarna utvecklade mål i förhållande till aktivitet och började göra livsstilsförändringar. Deltagarna fick bättre insikt kring sin återhämtningsresa och värdesatte gruppens kraft i läkningsprocessen.	Konkret Sociosymboliskt Självbelönande	12p (86%)
(11) The Outcome of Two Occupational Therapy Group Programs on the Social Functioning of Individuals with Major Depressive Disorder.	Enos M., R., & de Beer, M.	2020, Sydafrika	Jämföra två olika arbetsterapeutiska gruppprogram påverkan på sociala färdigheter för personer med svår depressiv sjukdom.	Studien genomfördes med mixad metod. 100 deltagare med 50 personer i varje grupp där den kvalitativa datan framkom genom självrapporterade enkäter och fokusgruppsintervjuer.	Det befintliga programmet bestod av diskussionsbaserade grupper för exempelvis stresshantering och det nya grupprogrammet var aktivitetsbaserat med fokus på social funktion.	Den kvalitativa datan inkluderade endast deltagarnas sociala förmåga. Temat: "Förbättrad social interaktion" framkom, som bestod av tre kategorier: (1) tillhörighet, (2) berätta medan aktiviteten utförs och (3) öppna upp sig lindrade den emotionella smärtan.	Sociosymboliskt	12p (86%)
(12) Toward Control Over Time: Participant Experience of Attending the Let's Get Organized Group Intervention.	Lidström-Holmqvist, K., Tollén, A., & Holmefur, M.	2021, Sverige	Beskriva deltagarnas upplevelse och upplevd mening av att delta i den arbetsterapeutiska gruppsinterventionen "Ha koll".	Individuella semistrukturerade intervjuer med 12 personer som har deltagit och avslutat "Ha koll" gruppinterventionen i psykiatri eller vuxenhabilitering. Datan analyserades med kvalitativ innehållsanalys.	"Ha koll" interventionen är manualbaserad och fokuserar på att förbättra deltagarnas tidsplanering och organiseringsförmåga.	Fyra huvudteman och underteman kom fram genom intervjuerna. Huvudtemana var "Förstå varför och veta hur: förutsättningar för förändring", "En främjande lärande miljö", "Svårigheter med att implementera i dagliga livet" och "Upplevda utfall av förbättrad tidsplanering".	Konkret Sociosymboliskt Självbelönande	12p (86%)

### Konkret värde

Upplevelser av konkret värde fanns med i nio artiklar (Hitch et al., 2017; Lidström-Holmqvist et al., 2021; Lund et al., 2020; Ngooi et al., 2021; Radnitz et al., 2019; Sundsteigen et al., 2009; Tepavicharov et al., 2022; Vaughan-Horrocks et al., 2021; Woolley et al., 2019). De konkreta värdena som framkom vid analysen var: utveckla förmågor, färdigheter och strategier, skapandet av fysisk produkt, och möjligheten att göra.

Arbetsterapeutiska gruppinterventioner möjliggjorde för deltagarna att utveckla nya eller existerande förmågor och färdigheter (Ngooi et al., 2021; Sundsteigen et al., 2009; Tepavicharov et al., 2022). Den aktivitetsbaserade gruppinterventionen bidrog till att deltagarna lärde sig göra olika nya aktiviteter som till exempel målning. Det upplevdes meningsfullt för deltagarna att de lärde sig nya förmågor och aktiviteter (Ngooi et al., 2021). De arbetsterapeutiska gruppinterventionerna gav deltagarna möjlighet att identifiera och uppmärksamma de förmågor och strategier de redan hade och använde sig av vilket hjälpte dem att använda dem mer avsiktligt (Lidström-Holmqvist et al., 2021; Tepavicharov et al., 2022). Att vara medveten om och använda sig av sina förmågor gjorde att deltagarna kunde hitta strategier för att uppleva bättre hälsa även efter interventionen (Sundsteigen et al., 2009).

En av de förmågor som deltagarna utvecklade i gruppinterventionerna var känslohantering (Tepavicharov et al., 2022; Vaughan-Horrocks et al., 2021). Deltagarna berättade om hur MA&R interventionen lärde dem att ta ansvar över sitt mående och känslor genom att använda sig av strategier för att hantera och kunna uttrycka sina känslor till familj och vänner. Att kunna uttrycka sina känslor hjälpte dem att undvika jobbiga situationer (Tepavicharov et al., 2022). Deltagarna i workshops för delaktighet i vardagen berättade hur workshop-tillfällena ledde till förbättrat mående, mindre irritation och bättre kontroll över sin ilska (Vaughan-Horrocks et al., 2021).

I artiklarna skrivna av Radnitz et al. (2019) och Sundsteigen et al. (2009) beskrev deltagarna att de arbetsterapeutiska gruppinterventionerna hjälpte dem utveckla sociala förmågor som bland annat bättre konflikthantering och kommunikationsförmåga. Deltagarna ansåg att gruppinterventionen lärde dem kommunicera mer effektivt och hantera konflikter. De fick större förståelse för andras behov och började se sin egen roll i konflikter. Deltagarna blev även bättre på att se sina egna behov och sätta gränser i sociala relationer. Under och efter interventionens gång ville deltagarna förbättra sina sociala färdigheter och sin kommunikation för att fungera bättre i relationer med andra. Deltagarna började använda de färdigheter i kommunikation och konflikthantering de lärde sig i grupperna, vilket de märkte av i deras relationer som förbättrades och de kände sig stolta över sig själva. I artikeln av Sundsteigen et al. (2009) berättade deltagare hur en bättre kommunikationsförmåga gjorde det mindre energikrävande att engagera sig i sociala interaktioner.

I artiklarna skrivna av Sundsteigen et al. (2009) upplevde deltagarna att de utvecklade sin förmåga till problemlösning via arbetsterapeutiska gruppinterventioner inom öppen psykiatrisk vård. Att kunna reflektera och samtala om sina svårigheter i vardagen och nå möjliga lösningar

under gruppinterventionen fann deltagarna meningsfullt. Det upplevdes leda till ny förståelse kring sina problem och ökad känsla av kompetens. Deltagarna upplevde att det blev lättare att bedöma svårigheter och utmaningar i vardagen på grund av interventionen, dessutom välja om de ville hantera, undvika eller bryta sig ur svåra situationer. Deltagarna ansåg sig ha blivit bättre på att hantera livet där problem som uppstod inte längre upplevdes lika skrämmande, utan mer som en utmaning att ta sig an även efter avslutad gruppintervention.

Det som deltagarna fann meningsfullt var bland annat att de arbetsterapeutiska grupperna hjälpte dem att öva på att skapa rutiner och vanor (Sundsteigen et al., 2009; Woolley et al., 2019). I de arbetsterapeutiska grupperna tyckte deltagarna att innehållet hjälpte dem att skapa en rutin, vilket fick dem att känna sig mer produktiva och engagerade i sina aktiviteter. Gruppinterventionerna fick deltagarna att göra positiva förändringar i sina dagliga rutiner och vanor som till exempel förändringar gällande kost och mängd fysisk aktivitet. Vanerna och rutinerna kvarstod efter avslutad intervention (Lidström-Holmqvist et al., 2021; Vaughan-Horrocks et al., 2021; Woolley et al., 2019). I interventionen "Ha Koll" lärde sig deltagarna tidsplanerings- och organisations förmåga. Deltagarna fann det meningsfullt att lära sig och börja använda en kalender för planering och organisation. Det hjälpte dem att hantera sin tid i det dagliga livet på ett bättre sätt. Interventionen lärde även deltagarna att göra prioriteringar och använda sig av listor, vilket minskade stress hos deltagarna (Lidström-Holmqvist et al., 2021).

I arbetsterapeutiska grupper inom psykiatrisk öppenvård fann deltagarna det meningsfullt att lära sig mer om sin psykisk ohälsa och vilka konsekvenser det kunde få på ens aktivitetsutförande. Det hjälpte deltagarna att hitta strategier för att hantera psykiatriska symtom. Deltagarna fick öva på att prioritera sin tid och energi under dagarna och lärde sig be om hjälp, samt sätta gränser när det behövdes under gruppinterventionen (Sundsteigen et al., 2009). I studien skriven av Hitch et al. (2017) fick deltagarna nya kunskaper, färdigheter och strategier relaterade till arbete som ansågs vara relevanta för deras arbetsrelaterade mål och liv i helhet. Deltagandet i gruppen möjliggjorde för dem att identifiera strategier för att hantera påfrestningar från arbetet. Deltagarna upplevde sig ha fått färdigheter av gruppen som hjälpte dem i deras återgång till arbete och ansåg det främjande att ha fått möjlighet att öva på dessa färdigheter i en upplevd trygg miljö. En av de färdigheter deltagarna lärde sig i gruppinterventionerna var att planera och sätta personliga, samt hanterbara mål (Hitch et al., 2017; Lund et al., 2020).

I studien skriven av Hitch et al. (2017) berättade deltagarna att de uppskattade att ha en arbetsbok under och efter gruppinterventionen. Arbetsboken upplevdes hjälpa med att få en

överblick på strukturen på gruppmomenten och underlätta lärandet. Arbetena som gjorts under interventionen samlades i arbetsboken och kunde tittas tillbaka på. I de aktivitetsbaserade grupperna beskrivna i artikeln skriven av Ngooi et al. (2021) skapade deltagarna produkter under gruppmomenten. Deltagarna uttryckte att det var givande och tillfredsställande att skapa en produkt. Föremålen som skapades var oftast gjorda som present till någon som deltagarna brydde sig om. Aktivitetsbaserade gruppinterventioner gav deltagarna något att göra som de kunde se fram emot när de vanligtvis inte hade någon aktivitet att engagera sig i.

### **Sociosymboliskt värde**

Upplevelser av sociosymboliskt värde fanns i elva artiklar (Cowls & Hale, 2005; Enos & de Beer, 2020; Hitch et al., 2017; Lidström-Holmqvist et al., 2021; Lund et al., 2019; Lund et al., 2020; Ngooi et al., 2021; Radnitz et al., 2019; Sundsteigen et al., 2009; Vaughan-Horrocks et al., 2021; Woolley et al., 2019). De sociosymboliska värdena som framkom i analysen var: tillhörighet, trygghet, respekt, få stöd, sociala kontakter, och kunna bidra.

Att känna igen sig i andra uppnådde vissa deltagare i “Ha Koll” interventionen som beskrev att de kände sig normala och accepterade för den person de var i gruppen. Deltagarna hade liknande svårigheter, vilket skapade en känsla av gemenskap (Lidström-Holmqvist, 2021). I “ViB” interventionen upplevde många minskat självstigma från att vara i gruppen och delta i diskussionerna. Det hjälpte deltagarna känna att de inte var ensamma om att ha det jobbigt, och minskade känslor av att vara “ensam och udda” (Lund et al., 2019). Deltagare upplevde tillhörighet av att känna delaktighet, samhörighet och kamratstöd (Lund et al., 2020; Cowls & Hale, 2005).

Deltagarna kände tillhörighet av stödet och omtanken från den arbetsterapeutiska gruppen. Gruppen blev som en familj och samhörigheten som fanns upplevdes meningsfull (Radnitz et al., 2019; Vaughan-Horrocks et al., 2021). Vidare upplevde deltagare tillhörighet och trygghet från att deras tankar, känslor och symptom bekräftades när andra deltagare berättade om liknande erfarenheter, samt svårigheter förknippade med psykisk ohälsa. Deltagarna kände sig accepterade och värdera varandras skillnader i gruppen (Woolley et al., 2019; Sundsteigen et al., 2009). Deltagarna fick möjlighet att träffa andra i en avslappnad miljö där samtalen inte begränsades och personliga frågor kunde lyftas. Deltagarna kände sig bekväma, tillfreds och trygga i gruppen (Cowls & Hale, 2005; Vaughan-Horrocks et al., 2021).

Innan "ViB" interventionen kämpade många deltagare med en rädsla för att öppna sig för andra eller bli illa behandlade. Deltagarna kände sig i samband med interventionen trygga i den sociala miljön som skapades, där deltagarna inte kände sig dömda, vilket gjorde att de vågade dela med sig. Deltagarna övervann rädslan av att vara tillsammans med andra och på grund av det fick vänner, samt kunde stötta varandra även efter avslutad intervention (Lund et al., 2019; Lund et al., 2020). Att kunna öppna upp sig för andra med liknande erfarenheter upplevde deltagarna som en viktig del av grupperna. Att öppet kunna diskutera svårigheter, utmaningar och framgångar var meningsfullt för deltagarna, vilket hade hjälpt dem att lindra sin inre känslomässiga smärta (Woolley et al., 2019; Enos & de Beer, 2020). Att våga öppna sig för andra förekom även i den arbetsförberedande gruppen för vissa deltagare som upplevde en vilja att prata om sin psykiska ohälsa med andra i gruppen (Hitch et al., 2017).

Deltagare fann det meningsfullt att känna sig betydelsefulla, inkluderad, på "lika villkor", bli respekterade som individer och känna sig som vänner med gruppledarna (Ngooi et al., 2021; Lund et al., 2019; Lund et al., 2020; Hitch et al., 2017). Deltagarna i den arbetsförberedande gruppen upplevde sig bli stöttade och få hjälp av arbetsterapeuterna (Hitch et al., 2017). Under "ViB" interventionen upplevdes deltagarnas stöd till varandra som viktigt, särskilt när deltagarna kunde skämta med varandra och känna att de inte var ensamma. Det bidrog med tillhörighet och gemenskap, vilket upplevdes meningsfullt (Lund et al., 2020; Lund et al., 2019). Det känslomässiga stödet i grupp miljön var värdefull, meningsfull och en viktig aspekt även i början av deltagandet i gruppinterventionen (Cowls & Hale, 2005; Vaughan-Horrocks et al., 2021; Radnitz et al., 2019).

"Ha Koll" interventionen gav deltagarna djupa sociala kontakter där relationerna som utvecklades i gruppen kändes meningsfulla (Lidström-Holmqvist et al., 2021). Att känna mening i gruppen framkom i "ViB" interventionen från att kunna få kontakt med andra, samt njuta av interaktionen med stödjande kamrater och gruppledare (Lund et al., 2019; Lund et al., 2020). Att kunna engagera sig i sociala relationer i gruppaktiviteter gav deltagarna en chans att bekanta sig med varandra. Interaktionerna i gruppen underlättade ytterligare sociala kontakter utanför gruppen, även efter avslutad intervention (Ngooi et al., 2021; Cowls & Hale, 2005).

Upplevelser av att finna det meningsfullt att kunna hjälpa, samt få hjälp av andra genom att dela erfarenheter framkom i studierna. Artikeln skriven av Lund et al. (2019) fann att deltagarna kände mening i att kunna bidra med sin erfarenhet och på så sätt hjälpa andra som deltog i "ViB" interventionen. Deltagare i "Ha Koll" interventionen (Lidström-Holmqvist et al., 2021) upplevde det viktigt att få hjälp av andra deltagare i gruppen. Att lära sig av andra genom att få

ta del av andra människors liv ansågs även meningsfullt, med tanke på att det gav deltagarna nya och värdefulla perspektiv.

### **Självbelönande värde**

Upplevelser av självbelönande värde fanns i sex artiklar (Lidström-Holmqvist et al., 2021; Lund et al., 2019; Ngooi et al., 2021; Sundsteigen et al., 2009; Tepavicharov et al., 2022; Vaughan-Horrocks et al., 2021). De självbelönande värden som framkom i analysen berörde områden såsom att glädjas av grupp, glädjas via aktivitet och flow.

Att engagera sig i aktiviteter deltagarna brukade tycka om framkallade positiva minnen och känslor. Att känna glädje i sociala kontakter upplevde deltagarna i de aktivitetsbaserade grupperna. Relationerna som skapades uppskattades av deltagarna och gav upphov till känslor av lycka, spontanitet, humor, att må bättre och få energi av andra (Ngooi et al., 2021; Sundsteigen et al., 2009). Deltagarna rapporterade att humor, skratt och att ha roligt i gruppen var meningsfulla aspekter i miljön, där deltagare beskrev atmosfären som livlig och trevlig (Lund et al., 2019; Vaughan-Horrocks et al., 2021). Mötena beskrevs som både roliga och terapeutiska (Lidström- Holmqvist et al., 2021). Deltagare uppskattade och fann aktiviteterna som erbjöds av gruppinterventionen roliga att "göra" och engagera sig i, samt kände sig deltagarna glada över att de har förmågan att delta i aktiviteter (Ngooi et al., 2021; Vaughan-Horrocks et al., 2021)

Upplevelse av flow förekom för deltagarna i de aktivitetsbaserade grupperna, där aktiviteterna hjälpte dem att slappna av och inte tänka på andra saker. Fullt fokus på aktiviteten gav känslor av engagemang och glädje (Ngooi et al., 2021). "MA&R" interventionen ledde till att deltagare såg nya möjligheter att uppleva flow (Tepavicharov et al., 2022). Aspekter som bidrog till upplevelse av mening var möjligheten att väcka positiva känslor, möjligheten att uttrycka sig, samt möjligheten till avkoppling och distraktion från problem, således förekom flow för deltagare i psykiatrisk öppenvård som deltog i arbetsterapeutiska grupper (Sundsteigen et al., 2009).

## Diskussion

### Resultatdiskussion

Resultatet i denna litteraturöversikt ger kunskap om upplevelser av meningsfullhet baserat på aktivitetsvärde i samband med deltagande i arbetsterapeutiska gruppinterventioner för personer med psykisk ohälsa. I denna diskussion kommer vi att fördjupa oss i upplevelserna av konkret-, sociosymboliskt- och självbelönande värde som framkom i resultatet. Forskning har visat att när en aktivitet innehåller ett eller flera aktivitetsvärden kan den upplevas som meningsfull, terapeutisk och stimulera personlig återhämtning (Eklund, 2020a).

### *Konkret värde*

Resultatet i litteraturöversikten visade att de arbetsterapeutiska gruppinterventionerna gav upplevelser av konkret värde genom att hjälpa deltagarna att både skapa och bibehålla nya rutiner och vanor i sin vardag. Dessa nya rutiner och vanor upplevdes förbättra deltagarnas dagliga aktivitetsförmåga och struktur, vilket i sin tur bidrog till en mer produktiv och hälsosam livsstil.

Det framkom i resultatet att gruppinterventionerna hjälpte deltagarna att skapa rutiner och vanor som bidrog till en hälsosammare livsstil, vilket upplevdes meningsfullt. Detta stöds av tidigare forskning i artikeln Leufstadius et al. (2008) som har visat att aktiviteter som förbättrar den psykiska och fysiska hälsan upplevdes meningsfulla för personer med psykisk ohälsa. En ytterligare studie har visat att rutiner som underlättar produktivitet kan skapa meningsfullhet, på grund av att det ger en ökad balans mellan produktiva aktiviteter och vila, vilket i sin tur hjälper personer med psykisk ohälsa att hantera oro och andra svårigheter (Argentzell et al., 2012). Vidare kan etablerade rutiner och vanor i sin vardag bidra till upplevelser av ökad stabilitet och känsla av autonomi och kompetens (Argentzell et al., 2012; Leufstadius et al., 2008). Att upprätthålla och skapa stabila rutiner utgör ofta ett betydande hinder för personer med psykisk ohälsa (Hvalsøe & Josephsson, 2003). En viktig del av resultatet är därför att gruppinterventionerna underlättade skapandet av rutiner som kan leda till förbättrad aktivitetsbalans och psykiska hälsa, samt upplevelse av kontroll och mening.

Litteraturöversikten visade att många upplevde att gruppinterventioner bidrog till utvecklingen av förmågor och färdigheter såsom problemlösning, känslohantering och sociala färdigheter,

vilket är upplevelser av konkret värde enligt ValMO (Erlandsson & Persson, 2020).

Upplevelserna av konkret värde i gruppinterventionerna ledde till att aktiviteterna inom gruppinterventionerna upplevdes meningsfulla (Persson et al., 2001). Liknande resultat har framkommit i Leufstadius et al. (2008) där aktiviteter upplevdes meningsfulla när de innehöll möjligheter att lära sig något nytt och utveckla nya förmågor för personer med psykisk ohälsa. Ytterligare forskning har också visat att människor vill utmana sina förmågor, lära sig nya saker och få nya intryck för att kunna utvecklas och uppleva mening (Argentzell et al., 2012; Piškur et al., 2002).

Att få nya färdigheter, förmågor och strategier kan möjliggöra att personliga mål nås. Forskning har visat att personliga mål och drömmar är en viktig del för att skapa motivation att engagera sig i aktiviteter och uppnå sina mål (Argentzell et al., 2012). Med utvecklade förmågor och färdigheter kan deltagarna klara av situationer som tidigare varit utmanande, vilket rimligen ger en ökad tro på sina förmågor. Forskning har visat att förmågan att klara av utmanande situationer leder till ökad känsla av kontroll (Piškur et al., 2002). Det är vanligt att personer med psykisk ohälsa upplever bristande kontroll över sin vardag. Upplevelsen av kontroll är särskilt viktig för personer med psykisk ohälsa, då det är kopplat till att känna sig trygg och att det inger hopp om att kunna få kontroll över sin vardag och ökad makt över sitt liv (Hvalsøe & Josephsson, 2003). Arbetsterapeutiska gruppinterventioner som möjliggör utvecklandet av deltagarnas förmågor kan därmed leda till större självförtroende, känsla av kontroll och hopp för framtiden.

Litteraturöversikten visade att sociala färdigheter utvecklades genom gruppinterventioner. Detta stöds av forskning som visar att utvecklandet av sociala färdigheter är betydelsefullt, då sociala relationer kan vara svåra att utveckla vid psykisk ohälsa på grund av svårigheter med att engagera sig i aktiviteter med andra (Leufstadius & Eklund, 2014; Milbourn et al., 2017). Utvecklingen av sociala förmågor kan leda till ett mer socialt liv och fler upplevelser av sociosymboliskt värde (Leufstadius & Argentzell, 2020).

### ***Sociosymboliskt värde***

Litteraturöversikten visade att gruppinterventionerna bidrog till att deltagarna upplevde olika sociosymboliska värden genom deltagandet i grupperna. Deltagande i gruppinterventioner erbjöd en trygg miljö för deltagarna att träna på sociala interaktioner. Deltagandet skapade större förståelse för andra, bättre kommunikation samt konflikthantering genom diskussioner i grupperna och förbättrade deltagarnas sociala relationer både inom och utanför gruppen. Grupperna bidrog vidare till en känsla av tillhörighet. Tidigare forskning har visat att



arbetsterapeutiska gruppinterventioner minskade depression, förbättrade självförtroende samt ökade känslan av sammanhang, egenmakt och hälsa (Gunnarsson & Björklund, 2013).

Litteraturoversikten visade att deltagarna i gruppinterventioner kände sig betydelsefulla och respekterade, vilket skapade upplevelse av mening relaterat till sociosymboliskt värde. Forskning har bekräftat betydelsen av relationer och samhörighet för att uppleva mening i vardagen för personer som lever med en sjukdom eller funktionsnedsättning. Att tillhöra ett socialt nätverk bestående av stöd kan möjliggöra förmågor, samt bidra till glädje och meningsfullhet (Hammell, 2004). Vidare har forskning även visat att aktiviteter som består av kontakt med andra människor upplevs meningsfulla för personer med psykisk ohälsa (Leufstadius et al., 2008). Att uppleva mening i samband med en gruppaktivitet har följaktligen betydelse för personer med psykisk ohälsa.

Att höra liknande erfarenheter i de arbetsterapeutiska gruppinterventionerna bidrog till känslor av trygghet, tillhörighet och att känna sig mindre ensam. Forskning av Forsberg et al. (2024) bekräftar detta genom att liknande svårigheter hos deltagarna i arbetsterapeutisk gruppintervention skapade en känsla av gemenskap. Forskning har vidare visat att socialt samspel är en grundläggande aspekt av vardagslivet och att kunna vara delaktig i samhället (Eklund, 2020b). Begreppet tillhörighet kan användas för att beskriva meningsfulla aspekter av social interaktion såsom ömsesidigt stöd och vänskap, samt känslan av att vara inkluderad i samband med olika aktiviteter som har en inverkan på livstillfredsställelse (Hammell, 2004). Det kan därmed vara meningsfullt för personer med psykisk ohälsa att delta i arbetsterapeutiska gruppinterventioner för att öka deras sociala nätverk, känna tillhörighet, vilket kan bidra till känslan av delaktighet i samhället och livstillfredsställelse.

Litteraturoversikten visade att det upplevdes meningsfullt för deltagare i gruppinterventionerna att kunna hjälpa till, samt få hjälp av andra genom att dela erfarenheter under grupptillfällena. Sociala kontakter skapades genom att vara tillsammans, finnas där för varandra och genom att dela kunskap och färdigheter. Forskning visar att social bekräftelse av andra är viktigt för att känna sig kompetent och accepterad i samhället. Att kunna hjälpa till på olika sätt och genom det känna sig viktig och behövd har visats upplevas meningsfullt för personer med psykisk ohälsa (Argentzell et al., 2012, Leufstadius et al., 2008). Deltagarna i arbetsterapeutiska gruppinterventioner upplevde sig bli behandlade som jämlika och kände sig respekterade som individer av arbetsterapeuterna och övriga deltagare i gruppinterventionen, vilket ytterligare bidrog till att stärka upplevelsen av sociosymboliskt värde.

## *Självbelönande värde*

Resultatet visar att deltagarna upplevde självbelönande värde från att engagera sig i aktiviteter under gruppinterventionerna. Att få positiva känslor och uppleva glädje genom grupperna ansågs vara meningsfullt och bidra till det terapeutiska värdet av interventionerna. Liknande resultat framkom i Hvalsøe och Josephsson (2003) och Leufstadius et al. (2008) att aktiviteter som främjar positiva känslor såsom behag och glädje upplevs meningsfulla för personer med psykisk ohälsa. Aktiviteter som framkallar känslor av glädje ger personerna en paus från den psykiska ohälsan och får dem att uppleva välmående (Hvalsøe & Josephsson, 2003). Deltagare i arbetsterapeutiska gruppinterventioner kan även få upplevelser av flow när de kan lägga allt sitt fokus på aktiviteten. Att när personer engagerar sig i aktiviteter som är lagom utmanande kan de uppleva att tiden flyger iväg och det blir en paus från oroliga och jobbiga tankar (Argentzell et al., 2012). Att engagera sig i aktiviteter som bidrar med flow och andra positiva känslor bidrar därför med mening och välmående för personer med psykisk ohälsa.

## **Metoddiskussion**

Den här litteraturstudien använde sig av en deduktiv analys enligt Elo och Kyngäs (2008), där analysen utgick från ValMOs aktivitetsvärden (Erlandsson & Persson, 2020). En styrka med deduktiv analys är att analysen av data sker inom fördefinierade kategorier, vilket hjälper till att hålla fokus på information som är direkt relevant för studiens syfte. En nackdel med att använda en deduktiv metod är att författarna begränsade sig till deltagarnas upplevelser av aktivitetsvärdena inom ValMO-modellen. Aspekter som framkom i artiklarna kring deltagarnas upplevelser som inte var meningsbärande enligt till den valda modellens fördefinierade kategorier kunde därmed inte tas med i resultatet. Upplevelser av förbättrat självförtroende och självkänsla framkom i flera artiklar och beskrevs som meningsfulla upplevelser av gruppinterventioner, men gick inte att koppla till aktivitetsvärdena och därmed finns dessa aspekter inte med i resultatet. Aktivitetsvärdena innehåller enbart positiva upplevelser då definitionen innefattar upplevelse av värde och mening för individen som utför en aktivitet och därför framförs enbart positiva upplevelser i denna litteraturstudies resultat. Upplevelser som uttryckts i resultatet i de inkluderade artiklarna har inte tagits med i denna litteraturstudies resultat då negativa upplevelser inte inkluderas i ValMOs aktivitetsvärden (Erlandsson & Persson, 2020). De negativa upplevelserna som beskrevs i artiklarna var till exempel ett motstånd eller obekvämheter att delta i grupperna med personer de ansåg sjukare än de själva. Vissa deltagare fann det jobbigt att bli associerad och grupperad med personerna då de inte själva ansåg sig lika sjuka. Grupperna blev en påminnelse om deras sjukdom och svårigheter

(Covls & Hale, 2005; Woolley et al., 2019). Deltagare i Ngooi et al. (2021) studien uppskattade inte diskussionsgrupperna då de fann dem tråkiga och hade ingen vilja att dela med sig av sina åsikter och tankar.

I metoddiskussionen för detta kandidatarbete är det värt att reflektera över de beslut som fattades gällande urvalet av artiklar för litteraturoversikten. Ett av inklusionskriterierna för artiklarna var att de skulle vara publicerade mellan år 2005 och 2024. Detta beslut gjordes för att komma upp i tillräckligt antal artiklar för att kunna få en tillfredsställande och tillräcklig omfattning av data i litteraturstudien. Vetenskapligt material är ofta tidskänsligt och det kan vara fördelaktigt att begränsa sig till nyare publikationer (Östlundh, 2022). Att inkludera äldre studier som gjorts i denna litteraturstudie kan därför anses vara en svaghet eftersom det innebär att litteraturoversikten inte enbart bygger på den nyaste forskningen.

Valet att fokusera på kvalitativa artiklar beror på att syftet med studien var att undersöka deltagarnas upplevelser. Den valda modellen ValMO som förklarar konceptet kring aktivitetsvärden är även baserad på individers egen uppfattning om vad en aktivitet bidrar med för värde (Erlandsson & Persson, 2020). De kvantitativa artiklar som förekom i samband med artikelsökningen fokuserade främst på aktivitetsengagemang, vilket inte överensstämde med litteraturstudiens syfte. Det fanns däremot en artikel som använde bedömningsinstrumentet Oval-pd (Eklund et al., 2009), som ValMO-modellen redovisar som lämpligt bedömningsinstrument vid bedömning av aktivitetsvärden. Artikeln exkluderades på grund av valet att enbart inkludera artiklar med kvalitativ forskningsdesign i denna litteraturoversikt för att i möjligaste mån bibehålla stringens i sammanställande och analys av data i innehållsanalysen.

Åldersgränsen på 65 år sattes för att utesluta artiklar gällande interventioner för personer med demenssjukdomar. Åldersgränsen visade sig inte vara nödvändig på grund av att det senare sattes ett exklusionskriterie kring demenssjukdomar. Människor av alla åldrar drabbas av psykisk ohälsa och människor över 65 år borde inte ha exkluderats från den här studien på grund av ålder. Intellektuell funktionsnedsättning, demenssjukdomar och substansbrukssyndrom exkluderades från studien trots att diagnoserna har hög komorbiditet med psykisk ohälsa (Baginski et al., 2022; Lineberry et al., 2023; Regan, 2016). De exkluderades med anledning av att intellektuell funktionsnedsättning definieras av nedsättning i intellektuell funktion och adaptiva beteenden som kan medföra bland annat svårighet att ta till sig information (Schalock et al., 2019). Demenssjukdomar och substansbrukssyndrom medför en stor påverkan på kognitiva funktioner (Liu et al., 2023; Regan, 2016). Det gör att dessa

diagnoser är i behov av andra former av gruppinterventioner och stöd. Studiens syfte är att sammanställa upplevelser av aktivitetsvärde i samband med deltagande i arbetsterapeutiska gruppinterventioner för personer med psykisk ohälsa, för att fånga perspektiven av personer med alla olika former av psykisk ohälsa behövs en större övergripande studie.

Artiklarna som inkluderades i studien hade en bred geografisk representation med artiklar från länder i kontinenterna Asien, Europa, Nordamerika och Oceanien. Den geografiska spridningen berikar studien med ett omfattande och varierat material om aktivitetsvärde. Litteraturens globala räckvidd kan studien erbjuda ett internationellt perspektiv på upplevelserna av aktivitetsvärde i arbetsterapeutiska gruppinterventioner och bidra till en bredare förståelse inom området.

Kvalitetsbedömningen av de vetenskapliga artiklarna utfördes med Fribergs (2022b) granskningsmall för kvalitativa artiklar. Användningen av samma mall för alla artiklar gjorde granskningsprocessen systematisk och bidrog till en ökad tillförlitlighet. Enbart artiklar som uppnådde kvalitetsnivån på minst 60% inkluderades, vilket innebär att alla inkluderade artiklar anses ha en godtagbar kvalitet. Poängsättning i kvalitetsgranskningen kan ha fått för höga poäng, på grund av att författarna saknar tidigare erfarenhet av att granska kvaliteten av artiklar med poängsättning. Författarna upplevde svårigheter med kvalitetsgranskningen gällande om något skulle bedömas som adekvat eller inte, då det upplevdes som en subjektiv bedömning.

## **Slutsats och implikationer**

Den här litteraturstudien har tagit fram att arbetsterapeutiska gruppinterventioner medför upplevelser av ValMO-modellens tre aktivitetsvärden både under deltagande och efter avslutad intervention. Litteraturstudien bidrar till förståelse över vilka aspekter i gruppinterventioner som möjliggör upplevelser av aktivitetsvärden, vilket är användbart för arbetsterapeuter som arbetar med personer med psykisk ohälsa. Förståelse av aktivitetsvärdena leder till bättre utformning av gruppinterventioner som ger upphov till fler upplevelser av aktivitetsvärden och upplevs meningsfulla för deltagarna. Det ger följaktligen positiv påverkan för deltagarna och deras återhämtning från psykisk ohälsa.

Upplevelse av konkret värde genom att utveckla förmågor och få struktur i vardagen bidrar till känslor av kompetens, kontroll och stabilitet i livet. Det är viktigt för personer med psykisk ohälsa på grund av att de kan uppleva brist på kontroll och maktlöshet över deras psykiska

ohälsa. Deltagandet i arbetsterapeutiska gruppinterventioner som möjliggör upplevelser av kontroll och stabilitet över olika aspekter i ens liv kan ge mer upplevelser av framtidstro och makt över sin psykiska hälsa. Det sociosymboliska värdet kan möjliggöra meningsfulla upplevelser såsom trygghet, tillhörighet och förstärkt identitet genom att dela liknande erfarenheter och svårigheter med deltagarna i gruppinterventionerna. Upplevelser av sociosymboliskt värde vid deltagande av arbetsterapeutiska gruppinterventioner för personer med psykisk ohälsa kan minska självstigma relaterat till psykisk ohälsa genom att känna sig bekräftad och sedd av gruppdeltagare och gruppledare. Slutligen upplevelser av glädje och flow medför självbelönande värde som leder till mindre fokus på de negativa symtomen personer med psykisk ohälsa kan uppleva, vilket ger ökad känsla av välmående och bidrar till återhämtning.

Den här litteraturstudien visar därmed att arbetsterapeutiska gruppinterventionerna är meningsfulla för personer med psykisk ohälsa genom att upplevelser av aktivitetsvärdena i gruppinterventioner möjliggör upplevelser av psykisk hälsa och välmående. Ytterligare forskning kring upplevelser av aktivitetsvärden relaterat till arbetsterapeutiska gruppinterventioner för ett bredare spektrum av personer med psykisk ohälsa behövs för att fånga perspektiven av alla olika former av psykisk ohälsa.

## Referenser

- Anthony, W. A., Cohen, M.R., & Cohen, B. F. (1984). The Chronic mental patient, five years later. I J.A. Talbot (Red.), *Psychiatric rehabilitation*, s.137-157. New York: Grune & Stratton.
- Argentzell, E., Håkansson, C., & Eklund, M. (2012). Experience of meaning in everyday occupations among unemployed people with severe mental illness. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 19(1), 49-58. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.3109/11038128.2010.540038>
- Baginski, B.N., Byrne, K.A., Demosthenes, L., & Roth, P.J. (2022). Examining Internalizing Mental Health Correlates of Addiction Severity in Patients Hospitalized With Medical Complications From Substance Use Disorder. *Substance Abuse: Research and Treatment*, 16(1), 1-8. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1177/11782218221115583>
- Bejerholm, U., & Eklund, M. (2007). Occupational engagement in persons with schizophrenia: relationships to self-related variables, psychopathology, and quality of life. *American Journal of Occupational Therapy*, 61(1), 21-32. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.5014/ajot.61.1.21>
- \*Cowls, J., & Hale, S. (2005). It's the activity that counts: What clients value in psycho-educational groups. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 72(3), 176-182.
- D'amico, M. L., Jaffe, L. E., & Gardner, J. A. (2018). Evidence for Interventions to Improve and Maintain Occupational Performance and Participation for People With Serious Mental Illness: A Systematic Review. *The American Journal of Occupational Therapy*, 72(5), 1-11. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.5014/ajot.2018.033332>
- Eklund, M., Erlandsson, L-K., Persson, D., & Hagell, P. (2009). Rasch analysis of an instrument for measuring occupational value: Implications for theory and practice. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 16, 118-128. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/11038120802596253>
- Eklund, M., Erlandsson, L.-K., & Persson, D. (2003). Occupational value among individuals with long-term mental illness. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 70(5), 276-284.
- Eklund, M. (2020a). Arbetsterapi på olika nivåer. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet och relation: mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2 uppl., s. 73-87). Studentlitteratur.
- Eklund, M. (2002). Explicit and implicit methods in psycho-social occupational therapy. *Occupational Therapy in Mental Health*, 18(2), 3-15.

- Eklund, M. (2020b). Grupper i arbetsterapi. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet och relation: mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2 uppl., s. 89–103). Studentlitteratur.
- Eklund, M., & Leufstadius, C. (2009). Time Use among People with Psychiatric Disabilities: Implications for Practice. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 32(3), 177–191. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.2975/32.3.2009.177.191>
- Elo S. & Kyngäs H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing* 62(1), 107–115. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x>
- Erlandsson, L-K., & Persson, D. (2020). ValMO-modellen: Arbetsterapi för hälsa genom görande. (2 uppl). Studentlitteratur.
- Falk-Kessler, J., Momich, C., & Perel, S. (1990). Therapeutic Factors in Occupational Therapy Groups. *The American Journal Occupational Therapy*, 45(1), 59-66.
- Folkhälsomyndigheten. (2023). *Psykisk hälsa och suicid i Sverige – Statistik om nuläge och utveckling fram till 2022*. Psykisk hälsa och suicid i Sverige – Statistik om nuläge och utveckling fram till 2022 — Folkhälsomyndigheten (folkhalsomyndigheten.se)
- Forsberg, K., Sutton, D., Stjernswärd, S., Bejerholm, U., & Argentzell, E. (2024). Experiences of participating in a group-based sensory modulation intervention for mental health service users. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 31(1), 1-11. DOI: <https://doi.org/10.1080/11038128.2023.2294767>
- Friberg, F. (2022a). Att göra en litteraturoversikt av kvantitativ och kvalitativ forskning. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats - vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. (4 uppl., s.185-200). Studentlitteratur.
- Friberg, F. (2022b). *Dags för uppsats: vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (4 uppl.). Studentlitteratur.
- Gunnarsson, A.B., & Björklund, A. (2013). Sustainable enhancement in clients who perceive the Tree Theme Method as a positive intervention in psychosocial occupational therapy. *Australian Occupational Therapy Journal*, 60(3), 154-160. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/1440-1630.12034>
- Hammell, K.W. (2004). Dimensions of meaning in the occupations of daily life. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 71(5), 296-305.
- \*Hitch, D., Robertson, J., Ochoteco, H., McNeill, F., Williams, A., Lhuede, K., Bains, A., Hillman, A., & Fossey, E. (2017). An evaluation of a vocational group for people with mental health problems based on The WORKS framework. *British Journal of Occupational Therapy*, 80(12), 717–725. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1177/0308022617726483>

- Hvalsøe, B., & Josephsson, S. (2003). Characteristics of Meaningful Occupations from the Perspective of Mentally Ill. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 10(1), 61-71. doi:10.1080/11038120310009489
- \*Kaas Tepavicharov, N., Reffstrup Christensen, J., Møller, T., Falgaard Eplov, L., & Falgaard Eplov, S. T. (2022). "Moving on to an Open World": A Study of Participants' Experience in Meaningful Activities and Recovery (MA&R). *Occupational Therapy International*, 1-12. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1155/2022/7418667>
- Karlsson, E. K. (2017). Informationssökning. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig Teori och Metod* (2 uppl., s. 81-97). Studentlitteratur.
- Karolinska Institutet. (13 maj 2024). *Svensk MeSH*. <https://mesh.kib.ki.se/>
- Kjellström, S. (2017). Forskningsetik. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig Teori och Metod* (2 uppl., s. 57-80). Studentlitteratur.
- Leufstadius, C., & Argentzell, E. (2020). Meningsfull aktivitet. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet och relation: mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2 uppl., s. 221–236). Studentlitteratur.
- Leufstadius, C., & Eklund, M. (2014). Time use among individuals with persistent mental illness: Identifying risk factors for imbalance in daily activities. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 21(1), 53-63. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.3109/11038128.2014.952905>
- Leufstadius, C., Erlandsson, L.-K., Björkman, T., & Eklund, M. (2008). Meaningfulness in Daily Occupations among Individuals with Persistent Mental Illness. *Journal of Occupational Science*, 15(1), 27-35. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/14427591.2008.9686604>
- Leufstadius, C. (2018). Experiences of meaning in day centers among people with psychiatric disability. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 25(3), 180-189. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/11038128.2017.1325933>
- \*Lidström-Holmqvist, K., Tollén, A., & Holmefur, M. (2021). Toward Control Over Time : Participant Experience of Attending the Let's Get Organized Group Intervention. *The American Journal of Occupational Therapy*, 75(5), 1-11. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.5014/ajot.2021.043216>
- Lineberry, S., Bogenschutz, M., Broda, M., Dinora, P., Prohn, S., & West, A. (2023). Co-Occurring Mental Illness and Behavioral Support Needs in Adults with Intellectual and Developmental Disabilities. *Community Mental Health Journal*, 59(6), 1119-1128. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1007/s10597-023-01091-4>
- Liu, Y., Masina, F., Ridderinkhof, K. R., & Pezzetta, R. (2023). Addiction as a brain disease? A meta-regression comparison of error-related brain potentials between



addiction and neurological diseases. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 148. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2023.105127>

- \*Lund, K., Argentzell, E., Leufstadius, C., Tjörnstrand, C., & Eklund, M. (2019). Joining, belonging, and re-valuing: A process of meaning-making through group participation in a mental health lifestyle intervention. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 26(1), 55–68. DOI: <https://doi.org/10.1080/11038128.2017.1409266>
- \*Lund, K., Hultqvist, J., Bejerholm, U., Argentzell, E., & Eklund, M. (2020). Group leader and participant perceptions of Balancing Everyday Life, a group-based lifestyle intervention for mental health service users. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 27(6), 462–473. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/11038128.2018.1551419>
- Mee, J., & Sumsion, T. (2001). Mental Health Clients Confirm the Motivating Power of Occupation. *British Journal of Occupational Therapy*, 64(3), 121-128.
- Milbourn, B., McNamara, B., & Buchanan, A. (2017). A qualitative study of occupational well-being for people with severe mental illness. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 24(4), 269-280. DOI : <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/11038128.2016.1241824>
- Mårtensson, J., & Fridlund, B. (2017). Vetenskaplig kvalitet i examensarbete. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod – från idé till examination inom omvårdnad* (2 uppl., s. 421- 438). Studentlitteratur.
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, McGuinness, L.A., Stewart, L. A., Thomas J., Tricco, A.C., Welch, V.A., Whiting, P., Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372(71), 1-15. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Patel, R., & Davidson, B. (2019). *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Studentlitteratur.
- Persson, D., Erlandsson, L.-K., Eklund, M., & Iwarsson, S. (2001). Value Dimensions, Meaning, and Complexity in Human Occupation—A Tentative Structure for Analysis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 8(1), 7-18. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/110381201300078447>
- Piškur, B., Kinebanian, A., & Josephsson, S. (2002). Occupation and Well-being: A Study of Some Slovenian People’s Experiences of Engagement in Occupation in Relation to Well-being. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 9(1), 63-70. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/110381202320000043>

- \*Radnitz, A., Christopher, C., & Gurayah, T. (2019). Occupational therapy groups as a vehicle to address interpersonal relationship problems: mental health care users' perceptions. *South African Journal of Occupational Therapy*, 49(2), 4-10. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.17159/2310-3833/2019/vol49n2a2>
- \*Ramano, E. M., & de Beer, M. (2019). The Outcome of Two Occupational Therapy Group Programs on the Social Functioning of Individuals with Major Depressive Disorder. *Occupational Therapy in Mental Health*, 36(1), 29-54. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/0164212X.2019.1663336>
- Rebeiro, K. & Cook, J. (1999). Opportunity, not prescription: An exploratory study of the experience of occupational engagement. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 66(1), 176-187.
- Regan, M. (2016) The interface between dementia and mental health: an evidence review. London: Mental Health Foundation. <https://www.mentalhealth.org.uk/sites/default/files/2022-09/MHF-dementia-mental-health.pdf>.
- Rocamora-Montenegro, M., Compañ-Gabucio, L.-M., & Garcia de la Hera, M. (2021). Occupational therapy interventions for adults with severe mental illness: a scoping review. *BMJ Open*, 11(10), 446-457. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/1440-1630.12575>
- Schalock, R.L., Luckasson, R., & Tassé, M.J. (2019). The contemporary view of intellectual and developmental disabilities: Implications for psychologists. *Psicothema*, 31(3), 223-228. DOI: <https://doi.org/10.7334/psicothema2019.119>
- Statens offentliga utredningar. (2021). *God och nära vård: Rätt stöd till psykisk hälsa*. Regeringskansliet.
- Socialstyrelsen. (2021). Nationella riktlinjer för vård och stöd vid depression och ångestsyndrom. (Artikelnummer 2021-4-7339). <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2021-4-7339.pdf>
- \*Sundsteigen, B., Eklund, K., & Dahlin-Ivanoff, S. (2009). Patients' experience of groups in outpatient mental health services and its significance for daily occupations. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 16(1), 172-180. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/11038120802512433>
- Sveriges Kommuner och Regioner. (2023). *Psykiatrin i siffror. Kartläggning av vuxenpsykiatrin 2022*. [Psykiatrin i siffror - Kartläggning av vuxenpsykiatrin 2022 \(skr.se\)](https://www.skr.se/psykiatrin-i-siffror-kartlaggning-av-vuxenpsykiatrin-2022)
- Tjörnstrand, C., Bejerholm, U., & Eklund, M. (2011). Participation in day centers for people with psychiatric disabilities: Characteristics of the occupations. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 18(1), 243-253. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.3109/11038128.2011.583938>

- \*Vaughan-Horrocks, H., Reagon, C., & Seymour, A. (2021). The experiences of veterans with mental health problems participating in an occupational therapy and resilience workshop intervention: an exploratory study. *British Journal of Occupational Therapy*, 84(9), 531 –540. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1177/0308022620977818>
- \* Woolley, H., Levy, E., Spector, S., Geneau, N., Castro, A., Rouleau, S., & Roy, L. (2020). “I’m not alone”: Women’s experiences of recovery oriented occupational therapy groups following depression. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 87(1), 73-82. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1177/0008417419878916>
- World Health Organization. (den 17 Juni 2022). *Mental health*. World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- \*Xia Ngooi, B., Ren Wong, S., Dehui Chen, J., Shi Yin Koh, V., Rui Wen Ng, A., Binte Sahrol, S., Kai Wen Lai, J., Chu-Shern Lim, J., Cheok Em Fong, N., & Ru Tan, W. (2021). Benefits of Occupational Therapy Activity-Based Groups in a Singapore Acute Psychiatric Ward: Participants’ Perspectives. *Occupational Therapy in Mental Health*, 37(1), 38-55. DOI: <https://www-doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/0164212X.2021.1874591>
- Yalom, I. (1985). *The theory and practice of group psychotherapy* (3rd ed.), New York: Basic.
- Östlundh, L. (2022). Informationssökning. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats: vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (4 uppl.). Studentlitteratur.

## Bilagor

Tabell 2: Sökning i Psycinfo

Sökord	Antal träffar
#1 DE "Occupational Therapy" OR "Occupational therapy" OR "occupational science*" OR "occupational therap*" OR "occupational therapy practi*"	25,464

#2 Psychiatr* ambulatory clinic* OR outpatient* psychiatr* OR ambulatory psychiatr* OR mental health outpatient* OR mental health outpatient* clinic* OR Psychiatr* outpatient* clinic* OR Psychiatr* clinic* OR ambulatory Psychiatr* care OR outpatient Psychiatr* care OR ambulatory mental health patient* OR ambulatory mental health OR Mental Disorder OR Psychiatric Illness OR Psychiatric Illnesses OR Psychiatric Diseases OR Psychiatric Disease OR Mental Illness OR Illness, Mental OR Mental Illnesses OR Psychiatric Disorders OR Psychiatric Disorder OR Behavior Disorders OR Diagnosis, Psychiatric OR Psychiatric Diagnosis OR Mental Disorders, Severe OR Mental Disorder, Severe OR Severe Mental Disorder OR Severe Mental Disorders OR inpatient* psychiatr* OR psychiatr* OR mental health inpatient* OR Psychiatr* care OR inpatient Psychiatr* care OR mental health patient* OR DE "Global Mental Health" OR DE "Mental Disorders" OR DE "Mental Health Programs" OR DE "Mental Health Services" OR DE "Mental Health Disparities" OR DE "Mental Health Education" OR DE "Mental Health Personnel" OR DE "Mental Health Programs" OR DE "Mental Health Services" OR DE "Serious Mental Illness" OR DE "Psychiatric Clinics"	1,468,014
#3 DE "Group Intervention" OR DE "Group Development" OR group* education* OR group* meeting* OR group* program* OR group* intervention* OR group* treatment* OR group* counselling* OR group* counseling* OR group* therapy* OR group* based intervention*	779,869
#4 4+ Begränsningar*	907

\*Begränsningar 2005-2024, Academic Journals, English,

adulthood (18 yrs & older), young adulthood (18-29 yrs), middle age (40-64 yrs) & thirties (30-39 yrs).

Subject Major Heading: occupational therapy, mental disorders, mental health, intervention, schizophrenia, major depression, rehabilitation, quality of life, caregivers, activities of daily living, mental health services, physical activity, exercise, psychosis, recovery (disorders), vocational rehabilitation, well being, symptoms, health care services, treatment effectiveness evaluation, autism spectrum disorder, ADHD, occupational therapists, treatment outcomes

Tabell 3: Sökning i CINAHL

Sökord	Antal träffar
#1 MH "Occupational Therapy") OR (MH "Occupational Therapy Service") OR (MH "Research, Occupational Therapy") OR (MH "World Federation of Occupational Therapy") OR "Occupational therapy" OR occupational science* OR occupational therap* OR occupational therapy practi*	51,402
#2 Psychiatr* ambulatory clinic* OR outpatient* psychiatr* OR ambulatory psychiatr* OR mental health outpatient* OR mental health outpatient* clinic* OR Psychiatr* outpatient* clinic* OR Psychiatr* clinic* OR ambulatory Psychiatr* care OR outpatient Psychiatr* care OR ambulatory mental health patient* OR ambulatory mental health OR (MH "Mental Health") OR (MH "Community Mental Health Services+") OR (MH "Mental Health (Omaha)") OR (MH "Mental Health Care (Saba CCC)+") OR (MH "Mental Health Counseling") OR (MH "Mental Health Counselors") OR (MH "Mental Health History (Saba CCC)") OR (MH "Mental Health Personnel+") OR (MH "Mental Health Promotion (Saba CCC)") OR (MH "Mental Health Services+") OR (MH "Mental Health Organizations+") OR (MH "Research, Mental Health")	435,931
#3 group* education* OR group* meeting* OR group* program* OR group* intervention* OR group* treatment* OR group* counselling* OR group* counseling* OR group* therapy* OR group* based intervention*	648,133
#4 3+ Begränsningar*	278

\*Begränsningar 2005-2024, Academic Journals, English, all adult, adult: 19-44 years, middle aged: 45-64 years.

Subject Major Heading: occupational therapy, mental disorders, mental health, treatment outcomes, quality of life, mental health services, recovery, activities of daily living, psychiatric patients, psychological well-being, support psychosocial, community mental health services, depression, outcomes (health care), program evaluation, social participation, occupational therapists, social skills training, peer group, life experiences, physical activity, schizophrenia, health promotion, autistic disorder, rehabilitation vocational, ADHD, sensation disorder, hospital psychiatric, care givers