



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Arbetsterapeutprogrammet

Betydelsen av skapande aktiviteter för flykting- och asylsökande barn och ungdomar

-En litteraturöversikt

Författare: Ellen Boberg & Louise Waldemar

Handledare: Lisa Ekstam

Våren 2026

Adress: Institutionen för Hälsovetenskaper, Arbetsterapeutprogrammet, Box 157, S-221 00
Lund

Betydelsen av skapande aktiviteter för flykting- och asylsökande barn och ungdomar

-En litteraturöversikt

Författare: Ellen Boberg & Louise Waldemar

Handledare: Lisa Ekstam

Examensarbete på kandidatnivå, Litteraturstudie

Våren 2026

Abstrakt

Bakgrund: Antalet människor som är på flykt i världen ökar och att vara på flykt kommer ofta med omfattande förändringar i individernas liv. Att etablera ett nytt socialt liv, anpassa sig till en ny miljö eller att uttrycka emotionella behov kan vara särskilt utmanande. Skapande aktiviteter har en stor potential att främja känslouttryck och erbjuda ett nytt socialt sammanhang där man genom engagemang i aktivitet kan få uttrycka sig själv emotionellt och uppleva social eller kulturell samhörighet. **Syfte:** Att sammanställa och beskriva hur deltagandet i olika skapande interventioner påverkar aktivitetsengagemang samt välbefinnandet för flyktingar och asylsökande upp till 20 år. **Metod:** Denna litteraturstudie med induktiv ansats inkluderar tolv vetenskapliga artiklar från databaserna CINAHL, PsycINFO och PubMed. Artiklarna är bearbetade med en integrativ innehållsanalys. **Resultat:** Resultatet visade att skapande aktiviteter som intervention påverkade deltagarnas möjlighet till olika känslouttryck, social gemenskap och aktivitetsengagemang. Genom engagemang i aktivitet främjades relationer, uttryck för olika känslor, självbild, identitet samt en känsla av att vara i nuet. **Slutsats:** Skapande aktiviteter påverkar möjligheten till känslouttryck, samhörighet, psykiska symtom samt aktivitetsengagemang på ett positivt sätt. Vidare forskning behövs för att fördjupa förståelsen för hur olika skapande aktiviteter kan användas som intervention samt hur arbetsterapeuten kan bidra med sin kompetens.

Nyckelord: Flykting, asylsökande, aktivitetsengagemang, välbefinnande, skapande aktiviteter, musik, bild, drama.

The importance of creative activities for refugee and asylum-seeking children and adolescents

- A literature review

Author: Ellen Boberg & Louise Waldemar

Supervisor: Lisa Ekstam

Bachelor thesis, Literature study

Spring 2026

Abstract

Background: The number of displaced people is increasing, involving major changes in the lives of individuals. It can be challenging to establish one's social life, adapt to a new environment or express emotional needs. Creative activities hold great potential to promote emotional expression and offer a new social context where individuals can express themselves emotionally and experience a sense of social or cultural belonging through occupational engagement. **Aim:** To compile and describe how participation in various creative interventions influenced occupational engagement and well-being among refugees and asylum seekers up to 20 years of age. **Method:** The literature review included twelve scientific articles from the databases PubMed, CINAHL, and PsycINFO analyzed using integrative analysis. **Results:** Creative activities as intervention affected the participants' opportunities for emotional expression, social connectedness and occupational engagement. Through occupational engagement relationships were strengthened, emotional expressions, a sense of being present in the moment, as well as self-image and identity were fostered. **Conclusion:** Creative activities positively influenced the ability to express emotions, the sense of belonging, psychological symptoms and occupational engagement. Further research is needed to deepen the understanding of how different creative activities can be used as interventions, as well as how occupational therapist can contribute with their expertise.

Keywords: Refugee, asylum seeker, occupational engagement, well-being, creative activity, music, art, drama.

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

Innehållsförteckning

Introduktion	5
Bakgrund	5
Flyktingar och asylsökandes situation	5
Psykisk hälsa och välbefinnande	7
Aktivitetsengagemang	8
Skapande aktiviteter som intervention	8
Syfte	10
Metod	10
Urval	10
Datainsamling	11
Dataanalys	13
Forskningsetiska överväganden	14
Resultat	15
Skapande aktiviteter stärker engagemang, identitet och närvaro	18
Engagemang i aktivitet bidrar till att vara i nuet	18
Genom engagemang i aktivitet får man uttrycka sig själv och sin identitet	19
Att göra tillsammans i grupp bidrar till socialt och känslomässigt välbefinnande	20
Gruppen bidrar till trygghet och samhörighet	20
Genom engagemang i aktivitet med andra uttrycks olika tankar och känslor	22
Anpassning i aktivitet	25
Diskussion	26
Resultatdiskussion	26
Skapande aktiviteter möjliggör känslouttryck och engagemang i aktivitet	26
Gruppbaserade interventioner bidrar till engagemang och social samhörighet	29
Metoddiskussion	31
Slutsats och implikationer	33
Referenser	35
Bilagor	42
Bilaga 1: Sökscheman	42
Bilaga 2: Artikelmatris	44

Introduktion

I mitten av 2024 var det fler människor än någonsin som befann sig på flykt till följd av krig, konflikter, förföljelse, våld eller kränkningar av mänskliga rättigheter (Sverige för United Nations High Commissioner for Refugees, u.å.). Enligt statistik från UNHCR (2025) är 117,3 miljoner människor på flykt sedan mitten av 2025. 36,4 miljoner människor befinner sig på flykt i ett annat land och klassificeras därmed som flyktingar medan 8,4 miljoner människor är asylsökande och väntar på beslut om sin ansökan (UNHCR, 2025). Att vara på flykt eller anlända till ett annat land innebär stora förändringar i ens vardagliga liv. En gemensam nämnare hos flyktingar och asylsökande är att individen förlorar sin aktivitetsrepertoar och möjligheten att återuppta tidigare aktiviteter eller utveckla nya är mycket begränsad. Bristen på aktiviteter leder inte enbart till ett förändrat mönster av dagliga aktiviteter utan medför även förändrade roller, sociala relationer och en förändrad aktivitetsidentitet (Morville & Erlandsson, 2017). Utifrån egna erfarenheter och litteratur (Gamborg et al., 2016; Leufstadius & Tjörnstrand, 2020) har författarna en gemensam syn på att användandet av skapande aktiviteter kan främja välbefinnandet. Flyktingar och asylsökande är en grupp som genomgår omvälvande förändringar i sitt dagliga liv, förlorar rutiner och ställs inför många osäkerheter (Trimboli, 2017). Barn och ungdomar som är med om allvarliga händelser som resulterar i en negativ påverkan på sin psykiska hälsa behöver tid och stöd för att återhämta sig (Almqvist et al., 2019). Därför har vi valt att undersöka, sammanställa och beskriva hur deltagandet i olika skapande interventioner påverkar aktivitetsengagemanget och välbefinnandet hos flyktingar och asylsökande med fokus på barn och ungdomar.

Bakgrund

Flyktingar och asylsökandes situation

Enligt Ramadan et al. (2024) är flyktingar en utsatt grupp som ofta behöver hantera flera olika stressfaktorer, så som brist på säkerhet, stabilitet och skydd. Särskilt sårbara är flyktingar i åldern 10–24 eftersom övergången från barndom till tonåring och vidare till vuxenlivet innebär en period av kontinuerligt lärande, utveckling av sociala färdigheter samt emotionell reglering. Faktorer i den sociala och fysiska miljön samt ekonomiska faktorer kan påverka övergången mellan de olika stadierna och när man befinner sig i ett annat land som flykting eller asylsökande kan det bli en utmaning att bygga upp ett socialt liv, nya vänskaper, anpassa

sig till nya miljö eller att uttrycka sina emotionella behov. Användandet av olika kreativa konstformer som terapeutiska interventioner har visat hög relevans för flyktingar i åldern 10–24. Detta är eftersom syftet är att få utlopp för sina känslor samt hitta verktyg för att hantera sina psykologiska problem och uppleva välbefinnande genom att uttrycka sig på olika kreativa sätt (Ramadan et al., 2024).

Enligt UNHCR(1996) definieras en flykting som en individ som flytt sitt land till följd av förföljelse på grund av sin religion, etnicitet, nationalitet, tillhörighet till viss samhällsgrupp eller politisk åskådning och som befinner sig utanför det land där individen är medborgare samt till följd av välgrundad fruktan inte kan eller vill återvända dit. En asylsökande är en individ som ansökt om asyl i ett annat land men där ansökan inte ännu är avgjord (Migrationsverket, u.å.). Whiteford (2014) skriver att erfarenheter av våldsamma konflikter, vara på flykt, hunger, osäkerhet är bara några få upplevelser som ofta kommer med att vara flykting. Ens dagliga rutin och familjära saker man gör eller har gjort går förlorade och kvar finns en uppsjö av ostrukturerad tid utöver att se till att ens basala behov blir tillgodosedda. Detta tillstånd benämns genom begreppet "occupational deprivation" samtidigt som individen befinner sig i ett stadie av förlorad identitet (Whiteford, 2014). Enligt Mirza et al. (2024) är flyktingar och asylsökande i stor risk av "occupational disruption" som innebär att utomstående faktorer påverkar möjligheten till att engagera sig i meningsfulla aktiviteter. När detta tillstånd pågår under en längre period kan det leda till "occupational deprivation" (Mirza et al., 2024; Wilcock & Hocking, 2015).

Asylpolitiken innebär ofta i praktiken begränsat handlingsutrymme och frihet i form av ofördelaktig fysisk och social miljö som förknippas med boende för asylsökande. Varje individ bär med sig unika erfarenheter av trauma och diskriminering och kombinerat med strukturella faktorer hamnar rätten till engagemang i meningsfulla aktiviteter ofta i skuggan (Mirza et al., 2024). Levnadsförhållande för asylsökande och flyktingar kan se olika ut beroende på vilket land de söker asyl i. Institutionaliserade boende som flyktingläger och asylboende innebär att ett stort antal människor ryms på en begränsad yta som ofta präglas av otillfredsställande levnadsförhållanden, begränsad möjlighet till sociala rutiner samt begränsat handlingsutrymme (Mirza et al., 2024). Vissa länder erbjuder små lägenheter eller möjlighet till delade rum medan andra länder har asylförvar där man kan dela rum med 15 eller fler personer där man har inte möjligheten att lämna boendet (Morville & Erlandsson, 2017). Vikten av att engagera sig i aktiviteter och att upprätthålla vardagliga rutiner har visats ha en

stor betydelse för asylsökande och flyktingar för att förhindra tristess och negativa tankar. Det är allmänt förekommande att flyktingar och asylsökande uppvisar varierande psykologiska behov till följd av upplevelser kopplat till olika traumatiska händelser. En väsentlig andel upplever allvarigare psykiska problem så som posttraumatiskt stressyndrom, ångest eller depression (Trimboli & Taylor, 2016).

Psykisk hälsa och välbefinnande

World Health Organization (WHO, u.å.) definierar hälsa som ett tillstånd av fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och inte bara frånvaro av sjukdom eller krämpor (WHO, u.å.). Individer som utsätts för ofördelaktiga förhållanden så som fattigdom, våld, funktionsnedsättning och andra orättvisor löper högre risk att utveckla psykisk ohälsa (WHO, 2026). Enligt Folkhälsomyndigheten (2025) innebär psykisk ohälsa en påverkan på individens välbefinnande och hur man fungerar i vardagen. Psykisk ohälsa kan innefatta både tillfälliga besvär av oro och nedstämdhet eller mer allvarigare psykiska sjukdomar som ångest och depression.

Välmående och välbefinnande är två besläktade begrepp som båda är motsatsen till sjukdom. Välbefinnande kan upplevas genom tre domäner: fysiskt välbefinnande, psykiskt välbefinnande, och socialt välbefinnande och kan beskrivas med ord som lycka, livskvalité och bekvämlighet istället för hälsa (Wilcock & Hocking, 2015). Fysiskt välbefinnande upplevs när individens kroppsliga hälsokomponenter som till exempel kondition, uthållighet, muskelstyrka bidrar till att kroppens delar fungerar korrekt vilket resulterar i att man kan utföra sina dagliga aktiviteter utan begränsningar. Psykiskt välbefinnande handlar om individens förmåga att leva ett fullvärdigt och kreativt liv och ha förmåga att hantera oundvikliga utmaningar, där emotionella, intellektuella förmågor är väsentliga. Dessa förmågor gör bland annat det möjligt för individen att uppleva mening i livet, interagera ändamålsenligt med andra, vara reflekterande, fatta beslut och hantera stress. Även förmågor rörande att vara anpassningsbar, känna sig trygg och säker och uppnå självförverkligande bidrar till upplevelsen av psykiskt välbefinnande. Socialt välbefinnande upplevs när individernas utbud av aktiviteter och roller möjliggör upprätthållandet och utvecklingen av sociala relation. Socialt välbefinnande är en balans mellan att göra, vara, tillhöra och bli och de sociala situationerna (Wilcock & Hocking, 2015).

Aktivitetsengagemang

Upplevelsen av välbefinnande är nära kopplat till aktivitetsengagemang (Wilcock & Hocking, 2015). Begreppet aktivitetsengagemang är en central komponent i Model of human occupation. MOHO är en systemteoretisk aktivitetsfokuserad modell som hjälper arbetsterapeuter att stötta individer i behov av att engagera sig i olika aktiviteter. Centrala komponenter i MOHO är personens viljekraft, vanebildning och utförandekapacitet som samverkar med miljön och påverkar individens delaktighet i aktivitet (Kielhofner & Taylor, 2020). Individens görande, tänkande och kännande under en aktivitet är upplevelsen av aktivitetsengagemang. Begreppet aktivitetsengagemang handlar om att öka upplevelsen av positiva känslor som bidrar till utveckling av självkänsla och identitet. Engagemang i aktivitet har både en personlig- och sociokulturell betydelse där även miljön inverkar (Pépin, 2020). Våra dagliga aktiviteter formas med tiden till vanor och i denna vanebildning ingår rutiner och våra individuella roller. När vanor förändras, exempelvis på grund av yttre omständigheter eller livsförändringar kan det få betydande konsekvenser för individen (Wook Lee & Kielhofner, 2020). Vilka uppfattningar man har om vem man är som aktiv varelse eller vill bli samt hur delaktigheten i aktivitet ser ut skapar individens aktivitetsidentitet. Livserfarenheter speglar ens aktivitetsidentitet där intressen, rollidentitet, värderingar och uppfattning om den egna förmågan spelar en väsentlig roll (de las Heras de Pablo et al., 2020b).

Skapande aktiviteter som intervention

I begreppet "skapande interventioner" kan det ingå en rad olika kreativa skapande aktiviteter som måleri, keramik, musik, dans eller olika hantverk. I det här arbetet har vi valt att ha en bred syn på skapande aktivitet för att få en större bild av vilka interventioner som används på målgruppen och dess effekter. Kreativitet och skapande är två begrepp som till viss del överlappar varandra men som ändå har lite olika betydelser. Alla människor är kreativa på olika sätt och det kan beskrivas som förmågan att skapa, vara nytänkande och uppfinningsrik. När vår inre kreativitet får komma ut genom vardagliga aktiviteter har det en positiv inverkan på vår hälsa och välbefinnande (Wilcock & Hocking, 2015). Det finns en betydande terapeutisk potential i användningen av skapande aktiviteter som intervention då dessa kan stödja individen i att hantera sin livssituation samt bidra till ökat självförtroende, självkontroll

och nya perspektiv (Winther Hansen & Snedker Jörgensen, 2016). Skapande aktivitet definieras enligt litteratur som en aktivitet eller uppgift som generar nya sätt att uppleva verkligheten och individens inre liv och som ofta resulterar i en produkt. Målet genom skapandet är att klienten ska få tillfälle till att undersöka sina känslor och upplevelser, lära känna sig själv bättre och dela sina erfarenheter med andra personer (Leufstadius et al., 2010). För individer som varit med om svåra händelser, lever med sjukdom, upplever smärta eller annan psykisk ohälsa kan det vara gynnsamt att fokus tillfälligt förflyttas från det som upplevs belastande till en aktivitet med annat innehåll, vilket kan skapa distans och ge utrymme för återhämtning (Winther Hansen & Morville, 2016). I skapande interventioner med terapeutiskt syfte framträder flera centrala aspekter: skapandeprocessen, upplevelsen av görandet, den färdiga produkten samt det estetiska uttrycket. Av särskild betydelse är att individen ges möjlighet att uttrycka sig och att uppmärksamma de känslor som väcks i aktiviteten. Skapande interventioner kan därmed bidra till att stimulera såväl verbal som icke-verbal kommunikation (Leufstadius et al., 2010). Det finns flera studier som påvisar positiva resultat på hälsa och välmående i samband med någon form av skapande aktivitet. En översikt av Bukhave et al. (2025) visar att skapande interventioner var förknippat med en minskning av depressiva symtom, känslor av hopplöshet, ångest, stress och ett i övrigt bättre välmående.

Sammanfattningsvis finns det många fördelar med att använda sig av kreativa och skapande aktiviteter som intervention inom arbetsterapi. De mest använda aktiviteterna med fokus på skapande inom arbetsterapeutiska interventioner innehåller olika konstnärliga uttrycksformer och hantverk. Skapande aktiviteter kan hjälpa en individ att återupprätta vanor, roller och rutiner (Winther Hansen et al., 2021). Det kan även vara av sociokulturell vikt att ägna sig åt olika kreativa aktiviteter som ger mening i aktivitet, samtidigt finns det fördelar på ett terapeutiskt plan (Winther Hansen & Morville, 2016). Skapande aktiviteter ger möjlighet att uttrycka sig själv, förstå sina tankar och känslor bättre vilket kan vara av särskild vikt vid anpassning till nya livsomständigheter (Winther Hansen et al., 2021). Forskning visar på olika positiva hälsoeffekter hos individer som ägnar sig åt skapande aktiviteter (Bukhave et al., 2025). Som tidigare nämnts är flyktingar och asylsökande med om förändrade livsomständigheter vilket får konsekvenser i form av förlorade dagliga aktiviteter och rutiner på grund av yttre omständigheter (Whiteford, 2014). Att uppleva varierade psykologiska problem som en konsekvens av traumatiska händelser är vanligt förekommande hos denna grupp. Därför är det av stor vikt att ha möjlighet till engagemang i aktiviteter för att förhindra negativa tankar och tristess (Trimboli & Taylor, 2016). Genom arbetsterapeutens kunskap om

både människan i aktivitet, vikten av meningsfulla aktiviteter och att arbeta med skapande aktiviteter kan interventioner med fokus på skapande aktiviteter vara högst relevant för flyktingar och asylsökande. Samtidigt är forskningen begränsad gällande gruppen flyktingar och asylsökande vilket stärker relevansen att undersöka detta närmare. Vi har därför valt att undersöka hur deltagandet i olika skapande interventioner påverkar aktivitetsengagemang samt välbefinnandet för flyktingar och asylsökande upp till 20 år.

Syfte

Syftet är att sammanställa och beskriva hur deltagandet i olika skapande interventioner påverkar aktivitetsengagemang samt välbefinnandet för flyktingar och asylsökande upp till 20 år.

Frågeställningar:

1. Vilka typer av aktiviteter används i interventionerna, och hur används de?
2. Hur kan skapande interventioner bidra till ökat aktivitetsengagemang?
3. Hur kan skapande interventioner bidra till ökat välbefinnande?

Metod

Denna studie är en integrativ litteraturöversikt med en induktiv ansats. En litteraturöversikt valdes för att skapa en överblick över befintlig forskning kring ett område genom att sammanställa och analysera data från både kvalitativa och kvantitativa studier (Friberg, 2022). En integrativ litteraturöversikt innebär enligt Whitemore och Knafl (2005) att man skapar översikt och gör jämförelser samt drar slutsatser och verifiera hur data hänger ihop. Genom denna metod kan man identifiera underliggande mönster i data som analyseras. En induktiv ansats valdes för att möjliggöra en öppen analys av materialet utan att ha specifika antaganden eller teorier som styr analysen. En induktiv ansats innebär att författaren inte utgår ifrån en specifik teori eller ett antagande vid analysen. Analysen i sig kan generera en teori eller kopplas till befintlig teori (Henricson, 2017).

Urval

Urvalet bestod av vetenskapliga originalartiklar skrivna på engelska. Både kvalitativa och kvantitativa artiklar inkluderades i studien för att få en bredare blick över området. Genom att

tillämpa inklusionskriterier och exklusionskriterier identifierades de mest relevanta texterna som speglar problemformuleringen och syftet inför analysen (Friberg, 2022).

Inklusionskriterier var vetenskapliga artiklarna som är skrivna på engelska, målgruppen skulle vara flyktingar eller asylsökande och att någon form av skapande aktivitet används i interventionen. Några artiklar hade målgruppen flyktingar eller asylsökande och migranter, dessa inkluderades eftersom interventionen genomfördes i skolan vilket gjorde det naturligt att inkludera alla barn trots olika migrationsstatus. Exklusionskriterier var översiktsartiklar, artiklar på annat språk än engelska och interventioner som inte innehåller någon sorts skapande aktivitet. Studier som enbart berörde migranter exkluderades eftersom migranter lämnar sitt land frivilligt för att bosätta sig i ett annat land (UNHCR, 2015). Ingen begränsning angående årtal på artiklarna tillämpades eftersom vid den första testsökningen var majoriteten av artiklarna publicerade inom de senaste 20 åren, därför var det inte till fördel att begränsa årtalsintervallet.

Datainsamling

Artikelsökningen skedde via databaserna PubMed, CINAHL och PsycINFO eftersom de erhåller vetenskapliga artiklar som är relevanta för omvårdnad, medicin och hälsa samt psykiatri och psykologi (Friberg, 2022).

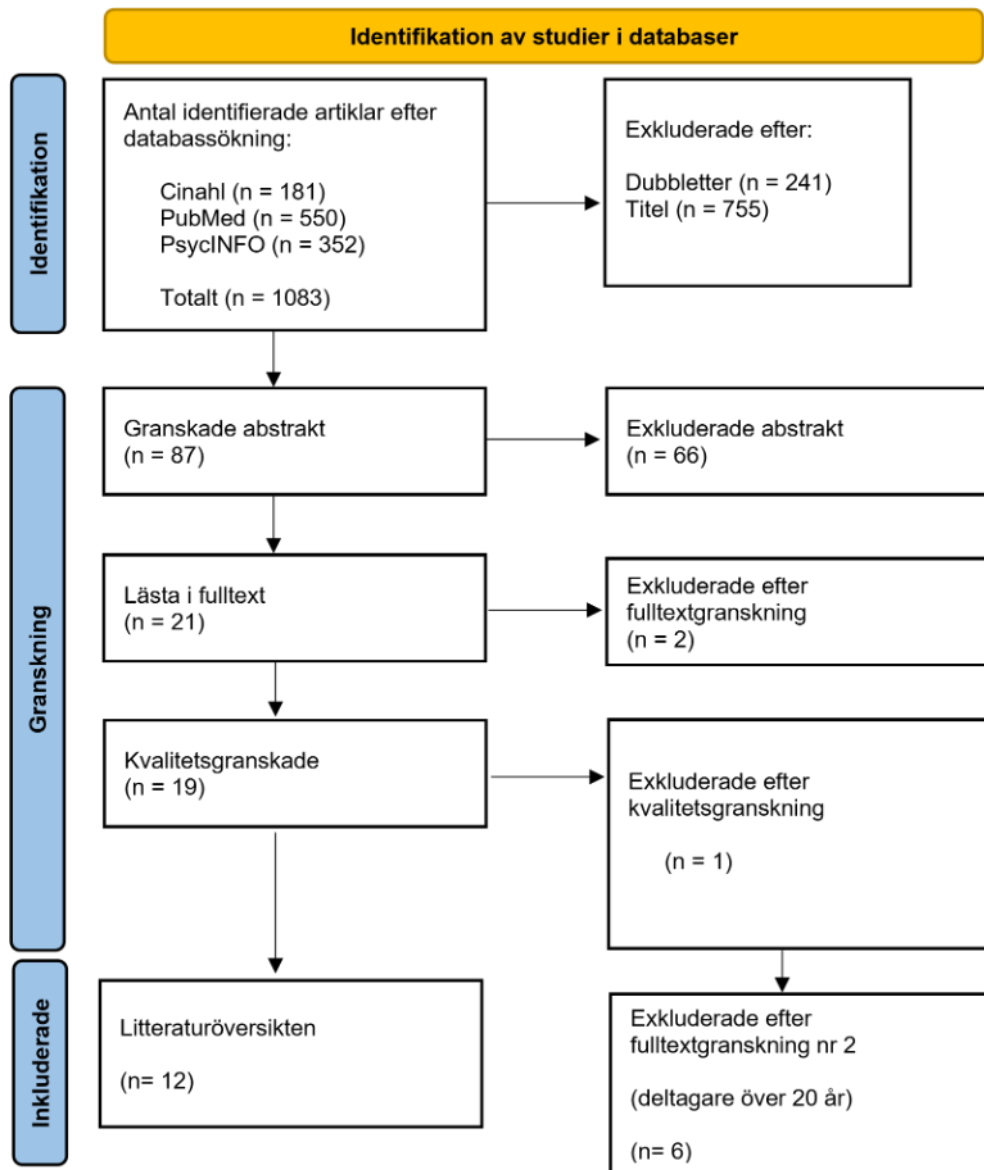
En testsökning med sökorden (se bilaga 1) och begreppen “occupational therapy” och “occupational therapist” gjordes men eftersom sökresultatet var för lågt uteslöts begreppen, vilket skedde i samråd med bibliotekarie. Sökorden som användes vid den slutliga sökningen var uppdelade i tre block. Det första blocket handlar om målgruppen/kontext; “refugee*” OR “asylum seeker*” OR “refugee camp” OR “asylum center” OR “displaced person*”. Det andra blocket handlar om interventionen/skapande aktiviteter; “art” OR “art therapy” OR “music” OR “craft making” OR “painting” OR “drawing” OR “handcraft” OR “craft” OR “dance” OR “theatre” OR “knitting” OR creativ*. Det tredje blocket handlar om psykiska begrepp/tillstånd; "mental health" OR "mental illness" OR "mental disorder" OR "well-being" OR “wellbeing” OR “wellness”. För att bredda sökorden användes trunkering (*) och operatorerna AND och OR användes enligt boolesk söklogik för att ange hur sökorden ska kombineras (Östlundh, 2022). Citationstecken användes på tvådelade ord för att sökningen inte skulle visa träffar där orden var separerade. Avgränsningar som tillämpades var engelska och akademiska tidskrifter. Samma sökning gjordes i alla tre databaser. Sökningarna

redovisas i sökscheman (se bilaga 1).

Urvalet av artiklar resulterade i 12 artiklar (se urvalsprocess figur 1). Sökningen i PubMed resulterade i 550 träffar, sökningen i CINAHL resulterade i 181 träffar och sökningen i PsycINFO resulterade i 352 träffar. Därefter exkluderades 241 artiklar som dubletter eller tripletter via referenshanteringsprogramet Zotero. Sedan exkluderades 755 artiklar på grund av att artiklarnas titlar inte ansågs spegla studiens syfte. Därefter granskades 87 abstrakt. 21 artiklar återstod som lästes i fulltext. Två artiklar exkluderades efter fulltextgranskning på grund av att de inte ansågs tillräckligt relevant för syftet. För att säkerställa artiklarnas vetenskapliga kvalitet använde författarna granskningsmallar för kvantitativ respektive kvalitativ metod som är baserade på Fribergs (2022) granskningsfrågor. För de artiklarna som använt sig av en mixad metod genomförde författarna två separata granskningar, en för kvalitativ metod och en för kvantitativ. Frågorna i granskningsmallarna fångar artiklarnas innehåll och struktur. Enligt Mårtensson och Fridlund (2017) besvaras frågorna med "ja" eller "nej", där "ja" ger 1 poäng och "nej" ger 0 poäng. Poängsumman divideras med maxpoängen och utifrån den räknas en procentsats ut. Kvalitetsnivåerna är låg kvalitet (<60 %), medel kvalitet (60–80 %) och hög kvalitet (>80%). Författarnas kvalitetsgranskning resulterade i 19 artiklar där en artikel med låg vetenskaplig nivå exkluderades. Resterande artiklar låg på hög (>80%) eller medel (60–80 %) nivå. I slutet exkluderades sex artiklar på grund av fel ålder på deltagarna eftersom författarna valde att enbart fokusera på barn och ungdomar upp till 20 år. 12 artiklar återstod som författarna ansåg svarade på syftet. Artiklarnas årtal varierade från 2015-2025. Vetenskaplig nivå redovisas i artikelmatrisen (se bilaga 2).

Figur 1

Urvalsprocessen av artikelsökningarna presenteras i ett flödesschema



Dataanalys

För att organisera de utvalda artiklarna gjordes en sammanställning av de utvalda artiklarna i en artikelmatris (se bilaga 2). Författarna läste och sammanställde sex artiklar var. I matrisen presenteras en sammanfattning av artiklarnas syfte, metod, resultat samt vetenskaplig kvalitetsnivå. Efter sammanställningen gjordes en integrativ analys enligt Whittemore och Knafl (2005). Denna metod tillåter att man systematiskt jämför och verifierar hur data hänger ihop samt kombinera kvantitativa och kvalitativa data. Metoden syftar till att identifiera mönster och centrala teman eller kategorier i materialet (Whittemore & Knafl, 2005).

Den integrativa analysen påbörjades genom att författarna identifierade meningsbärande enheter från artiklarnas resultat. Meningsenheterna kondenserades vilket resulterade i koder som sedan kunde tillämpas en kategori. Till en början gick författarna igenom två artiklar tillsammans för att säkerställa likvärdig analys. Därefter läste författarna fyra artiklar var som kodades på egen hand. Kvalitativa och kvantitativa resultat analyserades var för sig. När osäkerheter uppstod kring någon av artiklarnas innehåll diskuterades detta tillsammans för att sedan gemensamt kondensera och koda materialet. Därefter sorterades koderna i kategorier som speglade mönster i materialet. Till sist identifierades två huvudkategorier med vardera subkategorier. Analysen genomfördes med en induktiv ansats vilket syftar till att låta materialet styra vilka kategorier som kunde identifieras av författarna.

Forskningsetiska överväganden

Vid granskning av de utvalda artiklarna tog författarna hänsyn till de forskningsetiska principerna för att säkerställa att de genomförts på ett etiskt sätt. Etiska forskningsprinciper innebär skyddet av människors integritet, värdighet och rättigheter vid deltagande i forskning (World Medical Association, 2024). Helsingforsdeklarationen är utarbetad av World Medical Association sedan år 1964 och är den mest välkänd av olika riktlinjer inom medicinsk forskning (Kjellström, 2017). Helsingforsdeklarationen utvecklades för att säkerställa att etiska principer för medicinsk forskning upprätthålls.

Elva av artiklarna hade genomgått etisk prövning och var godkända. En artikel hade inte genomgått etisk prövning men det förklarades i artikeln att deltagarna hade givit informerat samtycke. Föräldrar till barn under 18 hade också givit sitt samtycke. Informerat samtycke innebär att säkerställa att en person frivilligt deltar i studien. Detta görs genom att informera personen om studiens syfte och att personen kan avbryta medverkan när som helst. Informerat samtycke skyddar deltagarnas frihet och självbestämmande (Kjellström, 2017). Samtliga artiklar diskuterade forskningsetik i någon grad och tre av de utvalda studierna använde sig av tolk i någon utsträckning. Användandet av tolk kan möjliggöra korrekt kommunikation, skapa trygghet för deltagaren samt främja jämlik behandling och deltagarens rätt till självbestämmande (Fatahi et al., 2008). Inga risker har identifierats eftersom studien är en litteraturöversikt som bygger på publicerad data. Eftersom ingen ny förstahandsdata har samlats in föreligger ingen risk att deltagarna utsätts för integritetsrelaterade problem. Studien bedöms vara av hög nytta då den sammanställer befintlig forskningen inom ett område där

kunskapen om hur arbetsterapeutens kompetens kan bidra är begränsad.

Resultat

Resultatet inleds med en beskrivning av vilka interventioner som användes i de inkluderade artiklarna och vilka aktiviteter som var mest förekommande. Sedan presenteras huvudkategorierna och subkategorierna (se figur 2). Citat från de kvalitativa studierna har använts för att illustrera resultatet. Avslutningsvis presenteras en kort sammanfattning om hur aktiviteterna anpassades för målgruppen.

Resultatet bygger på 12 vetenskapliga artiklar med en bred geografisk spridning; Grekland, Nederländerna, USA, Danmark, Australien, Kanada och Norge. Sex av studierna använde sig av kvalitativ metod (Aaslid Enge & Stige, 2022; de Freitas Girardi et al., 2020; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a; Feen-Calligan et al., 2023b; Millar & Warwick, 2019), tre studier använde kvantitativ metod (Gerami, 2021; Quinlan et al., 2015; Meyer Demott et al., 2017) och tre använde mixad metod (Bryant & Suleman, 2025; Heynen et al., 2022; Rowe et al., 2017). Studierna hade som syfte att undersöka interventionens effekt, implementering, erfarenheter och/eller upplevelser. Antalet deltagare var mellan 4–145 st och åldern varierade mellan 2–20 år. Deltagarna bestod av både pojkar och flickor och samtliga deltagare hade status som flykting eller asylsökande. Artiklarna beskriver olika interventioner eller insatser för flyktingar eller asylsökande där man använder sig av olika skapande aktiviteter som medel.

En sammanställning gjordes av alla interventionernas innehåll (se tabell 1). De mest förekommande interventionerna var bildterapi och musikterapi. Utöver det fanns det övriga musikaktiviteter, blandade konstnärliga aktiviteter med inslag av måleri, drama och foto. Det vanligaste var att de olika skapande aktiviteterna leddes av en bildterapeut (art therapist) eller musikterapeut men det fanns även dramaterapeut, musiklärare och psykoterapeut i de olika interventionerna. Vid skolbaserade interventioner var ibland klassläraren med och hjälpte till i aktiviteten och för att delge eller samla information om eleverna.

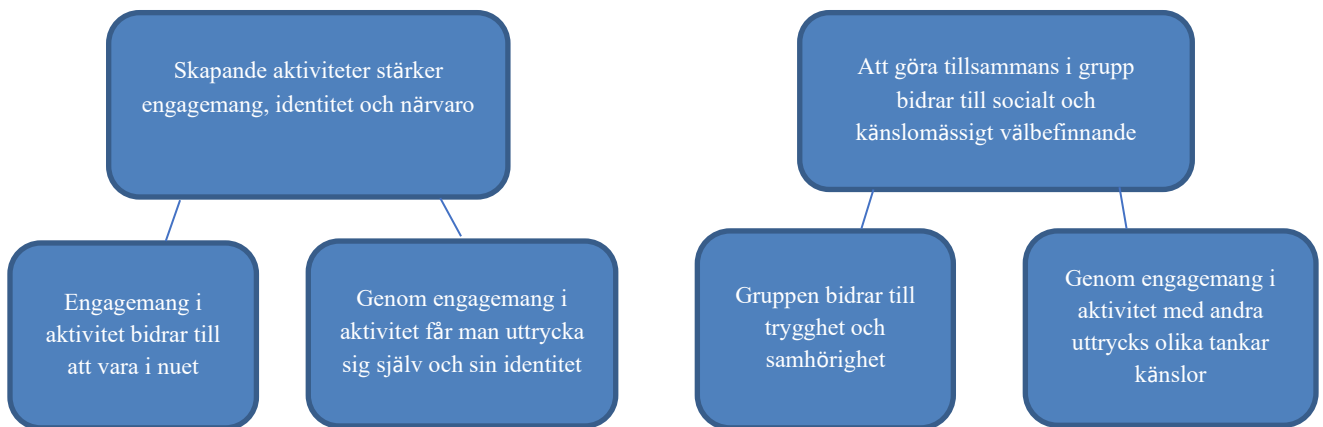
Tabell 1*Sammanställning av interventionernas innehåll*

	Aktivitet i intervention	Deltagare	Duration	Benämning på interventionsledarna	Land och kontext
1. Millar & Warwick (2019)	Individuella musiklektioner och musik-workshops i grupp	12 pojkar och flickor, 11–18 år	5 v.	En musiklärare	Grekland Flyktingläger
2. Gerami (2021)	Bildterapi: kladda/rita, göra egen slime, skapa bilder	10 nyanlända Iranska barn 8-12 år	10 v.	En bildterapeutstudent	Kanada Skolan
3. Heynen et al. (2022)	Musikterapi: Musikövningar kopplade till olika teman. Interpersonella övningar. Spela instrument. Skapa en låt.	108 flyktingar, 6-17år	3 mån	Två musikterapeuter och lärare	Nederländerna Skolan
4. Rowe et al. (2017)	Bildterapi: 60% fick individuellt och 40% fick i grupp (efter individuella rekommendationer från klasslärare)	30 flyktingar 11-20 år från Burma och Thailand	6 mån 1 ggr/v. (50 min)	Bildterapeuter Skolpersonal hjälpte till med vissa formulär.	USA Skolan
5. Bryant & Suleman (2025)	Bildterapi i grupp: rita, rita till musik, puzzel, mindfulness med musik, association ordlek, mandalas	5 st 14-15 åriga flyktingungdomar (flickor)	5 v. 1 ggr/v.	Bildterapeutstudent under handledning av två bildterapeuter	Australien Skolan
6. Aaslid Enge & Stige (2022)	Musikterapi: Individuella sessioner och med en annan elev och musikterapeut. Spela instrument och sjunga tillsammans.	4 flyktingbarn, 8-12 år	18-33 tillfällen under ett skolår	Musikterapeut	Norge Skolan
7. Dähne et al. (2024)	Dramaworkshops: Lekar, övningar, improvisation, dans, iscensätta en historia utefter teman, playback teater, diskussion utifrån olika teman.	41 flyktingar och migranter. Flickor och pojkar, 12-18 år	9 v. 1 ggr/v (90min)	2 st Dramaterapeuter. Lärare var med som stöd under workshopen	Danmark Skolan
8. Quinlan et al. (2015)	Musik- och bildterapi: Lera, play-doh, måla, collage, sagoberättande, skriva låtar, improvisation på instrument/sång, måla i grupp, lyssna på musik och dansa.	42 high school elever (12-17år) med flyktingbakgrund	Ca 10 v.	Bild-psykoterapeut och musikterapeut	Australien Skolan
9.	Creative expression	Barn och	1 1/5 år	8st handledare med	Kanada

de Freitas Girardi et al. (2020)	workshops: Strukturerade aktiviteter: musik, yoga/andningsövningar, lekar, berättelser, grupplekar. Alla workshops inkluderade viss tid för fri lek eller fritt konstnärligt uttryck (t.ex rita teckning, skådespeleri, lera)	tonåringar i åldrarna 2–18 år 15 – 30 i varje workshop	2 ggr/v.	olika professionella bakgrunder (psykologi, konst, pedagogik)	Tre olika tillfälliga boenden för asylsökande barn och ungdomar
10. Feen-Calligan et al. (2023a)	Photovoice och bildterapi: ”Bridge drawing”, Fotouppgifter ute i grupp/individuellt, Gå på utställningar tillsammans. Hemuppgifter (att fota) och sedan prata/visa bilder på plats eller på zoom.	10 arabisk-amerikanska ungdomar från olika länder 13-17 år (alla kön)	10 v.	Fotoinstruktör och bildterapeut, med stöd av musée personal.	USA Arab American National Museum och Zoom
11. Feen-Calligan et al. (2023)	Familjecentrerad bildterapi: Mindfulness/meditation, rita, måla, pappers figurer/flaggor	Pojkar och flickor i åldern 5–18 år tillsammans med deras föräldrar. Totalt 32 personer från 9 olika familjer	8 v. 1 ggr/v	En bildterapeut och bildterapeutstudenter	USA Zoom
12. Meyer Demott et al. (2017)	Expressive arts program: grupplekar, måla, dans	145st ensamkommande pojkar mellan 15-18	5 v.	Expressive Arts (EXA) therapists	Norge Asylcenter

Figur 2

Sammanställning av resultatet i huvudkategorier och subkategorier



Skapande aktiviteter stärker engagemang, identitet och närvaro

Resultat som berör hur skapande aktiviteter bidrog till ökat engagemang, stärkte identitet och närvaro identifierades i flera artiklar och bildade en huvudkategori. Kategorin delades upp i två subkategorier som ansågs spegla innehållet: “Engagemang i aktivitet bidrar till att vara i nuet” och “Genom engagemang i aktivitet får man uttrycka sig själv och sin identitet”.

Engagemang i aktivitet bidrar till att vara i nuet

Det fanns tillfällen då deltagarna blev uppslukade av aktiviteten och känslan av att vara i nuet uttrycktes då på olika sätt (Aaslid Enge & Stige, 2022; de Freitas Girardi et al., 2020; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023b; Millar & Warwick, 2019;).

I en studie (de Freitas Girardi et al., 2020) påpekade ledarna att workshopen bestod som av en rad olika kreativa aktiviteter som tillät deltagarna att komma ifrån sina vardagsbekymmer för en stund och erbjudas paus och en plats för lek. För vissa barn var detta den enda stunden de hade möjlighet att leka eftersom de behövde ta mycket ansvar hemma. Ledarna observerade att barnen i takt med att de blev allt mer engagerade i aktiviteten också började samspela lugnare med varandra och ledarna. I en annan studie (Dähne et al., 2024) fanns det först ett motstånd inför aktiviteter som innefattade lekar och dans men när deltagarna upptäckte att de tyckte det var roligt släppte motståndet. Det fanns fortfarande deltagare som inte uppskattade dansaktiviteterna, och i en intervju menade läraren att detta kunde bero på att övningarna tog

eleverna utanför deras bekvämlighetszon. I interventionerna (Aaslid Enge & Stige, 2022; Millar & Warwick, 2019) fungerade musikutövande som en väg till upplevelsen av att vara i nuet. En flicka uttryckte att musiken bidrog till en känsla av att befinna sig i nuet (Millar & Warwick, 2019) och liknande resultat kring att vara i nuet kopplat till musikutövande framkom vid musikerapeutens observationer:

We also worked with improvisation, and in the 6th shared session, Maria improvised as she had done in her individual sessions. In the log, I commented that she “sinks into the music,” which I interpreted as “she can be herself together with her Peer. This was also the last session where she cried, and she gradually started participating more (Aaslid Enge & Stige, 2022, s.15)

I en annan studie (Feen-Calligan et al., 2023b) fick deltagarna rita det de kunde uppfatta med sina sinnen för att skapa en känsla att vara närvarande i nuet. Deltagarna uppvisade aktivt engagemang och delade med sig av sina upplevelser. I samma studie uppmärksammades att deltagarna några veckor in i interventionen blivit mer bekväma och entusiastiska över att delta i olika konstupplevelser. I flera studier blev alltså deltagarna mer benägna att delta när engagemanget ökade över tid under interventionen (de Freitas Girardi et al., 2020; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a; Feen-Calligan et al., 2023b).

Genom engagemang i aktivitet får man uttrycka sig själv och sin identitet

Det framkom att flera av interventionerna påverkade deltagarnas självförtroende, självbild och identitet (Aaslid Enge & Stige, 2022; Bryant & Suleman, 2025; Feen-Calligan et al., 2023a; Gerami, 2021; Heynen et al., 2020; Millar & Warwick, 2019; Rowe et al., 2017).

Interventionerna gav deltagarna möjlighet att uttrycka sig genom olika skapande aktiviteter, där de kunde visa vilka de var, vad de tidigare hade varit med om och vad de var kapabla till. På detta sätt bidrog engagemanget i skapande aktiviteter i flera fall till tankar om framtida mål och möjligheter (Feen-Calligan et al., 2023a; Millar & Warwick, 2019).

I interventionen med fotografering (photovoice) gavs deltagarna möjlighet att uttrycka både sina individuella styrkor och utmaningar. Under den religiösa högtiden ramadan ökade bilder tagna på temat familj, tro och mat i deras chattgrupp. Eftersom deltagarna hade liknande kulturell bakgrund bidrog detta till att det blev lättare för deltagarna att öppna upp sig och dela liknande rädslor, förhoppningar och framtida mål i sina bilder (Feen-Calligan et al.,

2023a). I studien av Millar och Warwick (2019) inspirerade istället musikaktiviteterna deltagarna till framtida målsättningar *‘my favourite thing would be to be a guitar player’* or *‘I want to be in the future like you, you play guitar and sing very well’*. Musikutövandet bidrog även till en känsla av att vara musikaliskt kompetent där vissa deltagare fick bättre självförtroende i just musikutövande. I en annan musikintervention av Aaslid Enge och Stige (2022) observerade musikterapeuten att en deltagarens val av låtar speglade hennes relationer med andra samt hennes självbild och fungerade som ett sätt för henne att uttrycka sig. Även en musikterapeut i studien av Heynen et al. (2022) beskrev hur hon kunde se ett nyutvecklat självförtroende hos en flicka:

There were also students who discovered their talents, for example a girl who didn't really know what her talent was, but writing was a talent, she said as she went along in the process. And in the end, she even rapped and took the lead and suggested making a music video for it. Yes, it was as if she, how do you say, blossomed (Heynen et al., 2020, s.9)

Musikutövande hade alltså en positiv påverkan på självförtroendet och självbilden och möjliggjorde självuttryck. I en studie som innefattade bildterapi av Rowe et al. (2017) ökade andelen deltagare med en överlag positiv självbild från 26,7 % till 38,5 % efter 16 veckors bildterapi. En annan intervention som benämndes som bildterapi, fick deltagarna använda sig av en rad olika kreativa aktiviteter, såsom lekaktiviteter, musik, teckning och andra uttrycksformer. Interventionen erbjöd deltagarna möjlighet att ta en paus från sina vardagliga roller och att tillfälligt lägga måsten och ansvar åt sidan. Det framkom att dessa barn ofta behövde ta ett stort ansvar i hemmet (de Freitas Girardi et al., 2020).

Att göra tillsammans i grupp bidrar till socialt och känslomässigt välbefinnande

I flera av resultaten framkom det att socialt och känslomässigt välbefinnande främjades genom skapande i grupp och det bildade en huvudkategori. Kategorin delades upp i två subkategorier: “Gruppen bidrar till trygghet och samhörighet” samt “Genom engagemang i aktivitet med andra uttrycks olika tankar och känslor”.

Gruppen bidrar till trygghet och samhörighet

I flera studier (Aaslid Enge & Stige, 2022; Bryant & Suleman, 2025; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a; Feen-Calligan et al., 2023b; Heynen et al., 2022; Millar &

Warwick, 2019) visade resultatet att sociala aspekter och gruppens inverkan bidrog till socialt välbefinnande. Flera interventioner stärkte sociala interaktioner, den sociala samhörigheten och bidrog till nya vänskaper och relationer mellan deltagarna (Bryant & Suleman, 2025; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a; Feen-Calligan et al., 2023b; Millar & Warwick, 2019). Interventionen som baserades på fotografiaktiviteter (Feen-Calligan et al., 2023a) resulterade i en plats för socialt stöd och gruppaktiviteterna fungerade bra för att bygga nya relationer och vänskaper (Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a). Under programmets gång ökade samtalen mellan deltagarna, där en deltagare uttryckte att hon hade varit tystlåten i skolan tidigare men i denna grupp kände hon sig mer bekväm med att samtala med de andra deltagarna (Feen-Calligan et al., 2023a). Ett exempel på hur nya rutiner skapades genom de nya relationerna är följande:

“Some adolescents also described spending more time together after the workshop. For instance, they now walked together to the bus station, which they did not do before.” (Dähne et al., 2014, s.264).

Musikworkshopen bidrog till förbättrade kamratrelationerna samt ökade interaktioner inom och mellan kulturella grupper som fanns på flyktinglägret (Millar & Warwick, 2019). Vidare stärktes familjebanden när deltagarna fick möjlighet till att dela med sig av sina förhoppningar, drömmar och talanger i en familjebaserad bildterapiintervention (Feen-Calligan et al., 2023b). I de skolbaserade interventionerna var sociala interaktioner och relationer centralt eftersom de bidrog till en ökad social gemenskap (Bryant & Suleman, 2025; Dähne et al., 2024; Heynen et al., 2022). Deltagarna uttryckte att aktiviteterna gjorde det lättare att relatera och interagera med varandra samt att bygga vänskaper (Bryant & Suleman, 2025; Dähne et al., 2024;). Samarbetet och det upplevda stödet från sina kamrater förbättrades och relationerna mellan deltagarna och lärare upplevdes även mer avslappnande (Dähne et al., 2024). När deltagarna fick skapa tillsammans i grupp upplevdes dessa tillfällen som trygga och deltagarna såg på gruppaktiviteterna som något positivt (Bryant & Suleman, 2025).

Some refugee youth comments included, ‘sometimes we might feel different or separate, but here [in the art group] it feels like we are the same’, ‘when people do art, it takes sad feelings out’ and ‘I like both [individual and collaborative artmaking]; when you sit next to each other and make art, you can talk and it makes you feel good’. (Bryant & Suleman, 2025, s. 76)

I samma studie hade programmet en signifikant effekt på flyktingungdomars individuella, interpersonella och allmänna välbefinnande samt tillfredsställelse med skola och vänskapsrelationer (Bryant & Suleman, 2025). Sociala interaktioner främjades mellan alla deltagare oavsett kulturell bakgrund, ålder, språk och kön. Den sociala samhörigheten visade sig genom öppen kommunikation, deltagarna lyssnade aktivt på varandra samt delade med sig av egna upplevelser och känslor. Interventionen visade potential till att stimulera inkludering i skolan enligt en av lärarna. Samhörigheten blev även starkare vid skapandet av en gemensam produkt i form av en låt (Heynen et al., 2022).

Några av interventionerna bidrog till att främja kulturella aspekter (Aaslid Enge & Stige, 2022; Heynen et al., 2022; Millar & Warwick, 2019). Det kulturella sammanhanget betonades genom att musik användes som verktyg för emotionella upplevelser inom deltagarnas kultur, vilket stärkte deltagarnas kulturella tillhörighet (Millar & Warwick, 2019). Medan i studien av Heynen et al. (2022) gav interventionen utrymme för kulturella skillnader genom att använda sig av musik från olika kulturer. Vid sista musiksessionen i studien av Aaslid Enge och Stige (2022) spelade en deltagare musik som liknade musiken från den region han kom ifrån. Andra deltagare hakade på och alla spelade tillsammans med varandra. Tidigare hade deltagaren inte velat spela musik från hans födelseland, men tillsammans med de andra barnen återfick han viljan och intresset.

When we played drums in the last session, peer number two initiated playing music that was similar to the music from the region that he and Omar came from. They all joined in and played nicely attuned to each other's rhythms. Omar had not previously showed any interest in playing music from his culture of origin, but he seemed to enjoy playing it in this situation. (Aaslid Enge & Stige, 2022, s.16)

Genom engagemang i aktivitet med andra uttrycks olika tankar och känslor

Det framkom att känslomässiga aspekter var ett förekommande tema i flera artiklar. Deltagarna fick möjlighet att uttrycka olika typer av känslor, bearbeta och hantera känslomässiga reaktioner, ta del av varandras känslomässiga erfarenheter samt vara i ett sammanhang där känslor var välkomna och fick ta plats (Aaslid Enge & Stige, 2022; Bryant & Suleman 2025; de Freitas Girardi et al., 2020; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a; Feen-Calligan et al., 2023b; Gerami, 2022; Heyen et al., 2022; Meyer Demott et al., 2017; Millar & Warwick, 2019; Rowe et al., 2017).

Resultat från flera studier visade att interventionen fungerade som en trygg plats att dela med sig av sina känslor och positiva erfarenheter (Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023b; Heynen et al., 2022; Millar & Warwick, 2019). Deltagarna blev även mer bekväma med att dela känslor under tidens gång (Feen-Calligan et al., 2023b) och upplevde att de blev bättre förstådda av de andra barnen när man fick dela sina känslor (Dähne et al., 2024). En av interventionerna visade en signifikant minskning av negativa känslor över tid (Heynen et al., 2022). En annan deltagare uttryckte att han kände sig gladare efter workshopen när han hade fått tillfälle att prata om svåra upplevelser som hänt tidigare i livet. Samtidigt uppmärksammade handledarna att vissa barn uttryckte känslor kopplat till osäkerhet och rädsla vilket begränsade deras deltagandet i aktiviteterna (Dähne et al., 2024). Där framkom även att musikutövandet främjade uppkomsten av positiva emotioner, emotionell förståelse och igenkänning. Möjligheten till känslouttryck via musik kunde sättas i relation till välbefinnande, vilket lyftes fram i intervjuerna (Millar & Warwick, 2019).

The association between music and positive emotions was common, with certain participants citing it as having an absolute emotional effect, 'It makes me happy', and others a more relative one, 'I feel happier with music, it makes me smile every time. (Millar & Warwick, 2019,s.72)

I studierna av Gerami (2021), Rowe et al. (2017) och Quinlan et al. (2015) ledde bildterapi till mindre ångest, oro eller stress. Deltagarna rapporterade färre symtom på ångest (Rowe et al., 2017), en signifikant minskning av emotionella symtom (oro, nedstämdhet) (Quinlan et al., 2015) och den gruppbaseade bildterapi-interventionen sänkte stressnivå hos deltagarna (Gerami, 2021). Det var en signifikant skillnad i kortisonnivåer före och efter första sessionen men ingen signifikant skillnad i kortisolnivåer innan och efter sista sessionen. Efter mätningen fyra veckor efter interventionen var slut låg fortfarande stressnivåerna lägre än den första självrapporteringen (Gerami, 2021). I studien av Feen-Calligan et al. (2023b) framkom det att måleriaktiviteterna i workshopen användes delvis för att främja självreglering för att reducera stressrelaterade symtom.

Livstillfredsställelsen hos deltagarna ökade i studierna (Meyer Demott et al., 2017; Gerami, 2021). Tio veckor av bildterapi ledde till att deltagarnas upplevelse av livskvalité förbättrats samt låg på samma nivå fyra veckor efter interventionen (Gerami, 2021) och i en studie (Meyer Demott et al., 2017) framkom det att interventionsgruppen uppvisade en signifikant

ökning i livstillfredsställelse över tid, medan kontrollgruppen inte visade på någon tydlig förändring. Vid mätning av stress över tid uppvisade kontrollgruppen tydliga förändringar i att stressen ökande över tid, medan interventionsgruppen inte uppvisade några tydliga förändringar i stressnivåerna över tid (Meyer Demott et al., 2017). En av deltagarna från studien av Bryant och Suleman (2025) upplevde oförändrat tillstånd av sitt allmänna välbefinnande efter intervention, resterande deltagare upplevde förbättrat välbefinnande efter interventionen. Två deltagare rapporterade att de hade känt sig förstådda under interventionen samt att aktiviteterna hade varit av intresse och upplevts som viktiga. Däremot fanns det indikationer på att resterande tre deltagare inte hade upplevt att interventionen varit av intresse, man hade inte känt sig förstådd och man bibehöll inte något intresse av aktiviteterna efter intervention (Bryant & Suleman, 2025).

I flera av studierna (Aaslid Enge & Stige, 2022; de Freitas Girardi et al., 2020; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a; Millar & Warwick, 2019) tenderade negativa känslor att uppkomma under interventionerna vilket hanterades på olika sätt. I studierna av Millar och Warwick (2019) och Aaslid Enge och Stige (2022) kunde deltagarna hantera negativa känslor via musikutövning. Deltagarna uttryckte att negativa känslor kunde omvandlas till något mer begripligt och hanterbart (Millar & Warwick, 2019).

“This desire for emotional expression was tied to certain emotions, ‘When I get angry or sad, I just want to play music’. This same participant described how music engages with negative emotions, configuring them into something more understandable and manageable” (Millar & Warwick, 2019, s.73).

Engagemanget i aktiviteten samt bearbetningen av negativa känslor underlättades genom att en musikterapeut var närvarande och stöttande genom alla sessioner. En deltagare skrev en låt om hennes bästa kompis som hon saknade (Aaslid Enge & Stige, 2022). I studien av de Freitas Girardi et al. (2020) utvärderades implementeringen av workshops (creative expressive workshops) på tillfälliga boende för asylsökande barn och ungdomar. De kreativa aktiviteterna gav utrymme för både negativa och positiva känslor. Genom ickeverbala, symboliska, kreativa och lekfulla uttrycksätt erbjöds en möjlighet att omvandla och utveckla sina känslomässiga upplevelser. Genom aktivt lyssnande och empatiskt bemötande från handledarna skapades en miljö för barnen att bearbeta sina upplevelser på ett kreativt och lekfullt sätt. Att erbjuda regelbundna tillfällen där både positiva och negativa känslor kunde

uttryckas och omvandlas genom kreativa aktiviteter visade sig vara en central del i mobiliseringen av resiliensprocessen hos barnen (de Freitas Girardi et al., 2020). En av ledarna sa:

There's some children who are more affected, who have more difficulties in playing. However, the very same children still have a really fertile imagination but they either do not know what to do with it, or they do not have the time or space to take advantage of it. The space of the workshops allows them to develop that, to take advantage of this ability that they have to play. (de Freitas Girardi et al., 2019, s. 489)

I studien av Dähne et al. (2024) framkom det att många deltagare uttryckte att de inte tyckte om att prata om negativa erfarenheter och upplevelser från det förflutna på grund av att det väckte svåra tankar:

"One boy, for example, described: 'We had to dig deep into our experiences. And then we had to draw and when you draw you have to really think about what happened' (Boy, 15, from Afghanistan)" (Dähne et al., 2024, s. 266).

I en annan intervention fick deltagarna använda sig av photovoice där en av deltagarna valde att fotografera ett objekt som hon menade representerade sorg (Feen-Calligan et al., 2023a). I samma studie fick interventionen gå över till att ha sessionerna i ett virtuellt chattrum (WhatsApp) på grund av covid-19. Trots förändringen fortsatte deltagarna att använda utrymmet för att samtala, lyssna till varandra och uttrycka känslor och tankar (Feen-Calligan et al., 2023a).

Anpassning i aktivitet

Något som även framkom som viktigt för att underlätta engagemang i aktivitet var olika typer av anpassningar, både individuella och på gruppnivå. Flera studier påpekade hur aktiviteten anpassades eller att aktiviteten hade behövt anpassas för att fungera bättre för vissa deltagare. Anpassningarna i interventionen kunde exempelvis handla om individuella eller gruppbaseade sessioner, antalet individuella sessioner innan fler deltagare inkluderades, interventionens innehåll eller att inkludera deltagare på grund av särskilda omständigheter eller behov (Aaslid Enge & Stige, 2022; de Freitas Girardi et al., 2020; Dähne et al., 2024; Rowe et al., 2017). I en studie där deltagarna var yngre barn som hade svårt i övergångarna att påbörja och avsluta sessionerna, infördes öppnings- och avslutningsritualer för att underlätta

för dem. Vissa aktiviteter bidrog till prestationsångest för dessa barn, då valde ledarna istället att fokusera på lek (de Freitas Girardi et al., 2020). I en annan studie bedömdes de ungdomar som hade svåra trauman ha behövt mer anpassning och stöd för att kunna delta i interventionen på ett tryggt sätt. De betonade även vikten av att ledarna ger stöd till ungdomarna i att hitta former för deltagande som skapar distans till tidigare traumatiska upplevelser (Dähne et al., 2024). När interventionerna anpassades utifrån deltagarnas behov och förutsättningar ökade deras engagemang i aktiviteterna.

Diskussion

Resultatdiskussion

Resultatdiskussionen fokuserar på att diskutera två huvudresultat i förhållande till aktuell litteratur. Dessa är: att skapande aktiviteter möjliggör känslouttryck och engagemang i aktivitet och att gruppbaseade interventioner bidrar till engagemang och social samhörighet.

Skapande aktiviteter möjliggör känslouttryck och engagemang i aktivitet

I denna litteraturstudie framkom att användandet av skapande aktiviteter som intervention erbjöd framför allt en möjlighet till socialt deltagande, uttryck av olika känslor och engagemang i aktivitet. Resultatet i samtliga artiklar tyder på att flykting- och asylsökande barn och ungdomar har ett behov att ingå i ett sammanhang där känslor kan uttryckas och bearbetas. Användandet av skapande aktiviteter som medel i samtliga interventioner möjliggjorde olika känsloutlopp (Aaslid Enge & Stige, 2022; Bryant & Suleman 2025; de Freitas Girardi et al., 2020; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a; Feen-Calligan et al., 2023b; Gerami, 2022; Heyen et al., 2022; Meyer Demott et al., 2017; Millar & Warwick, 2019; Rowe et al., 2017). Fynden går i linje med Winther Hansen et al. (2021) som framhåller att skapande aktiviteter erbjuder en möjlighet att uttrycka sig själv, förstå sina tankar och känslor bättre vilket kan vara något betydelsefullt när individer behöver anpassa sig till nya livsomständigheter (Winther Hansen et al., 2021). Skapande aktivitet som uttrycksmedel och kommunikation kan vara till hjälp om en individ har svårt att verbalt uttrycka känslor och erfarenheter. När en individ går igenom en svår period kan känslor samt behov belysas genom skapande aktiviteter. Det som skapas kan sedan användas som utgångspunkt för kommunikation mellan till exempel arbetsterapeut och klient (Leufstadius et al., 2010).

Olika skapande aktiviteter visade även ha en inverkan på individers självbild, självförtroende eller identitet (Aaslid Enge & Stige, 2022; Bryant & Suleman, 2025; Feen-Calligan et al., 2023a; Gerami, 2021; Millar & Warwick, 2019; Rowe et al., 2017). I en litteraturöversikt av Perruzza och Kinsella (2010) framgick det att bildterapi hade en positiv inverkan på deltagarnas självförtroende och känsla av prestation (Perruzza & Kinsella, 2010). Aktiviteter relaterande till konst och teater som ingår i vissa grundutbildningar inom arbetsterapi ger arbetsterapeuten verktyg att hjälpa flyktingar och asylsökande uttrycka sina känslor kopplat till trauma och negativa upplevelser på ett konstruktivt sätt. Andra alternativa uttryckssätt är särskilt användbara när klienter har svårt att uttrycka sig på värdlandets språk (Trimboli & Taylor, 2016). När individens självbild och självförtroende får utvecklas genom görandet påverkar detta i sin tur ens identitet, vilket resultatet från några av studierna visade (Aaslid Enge & Stige, 2022; Bryant & Suleman, 2025; Feen-Calligan et al., 2023a; Gerami, 2021; Millar & Warwick, 2019; Rowe et al., 2017). Enligt MOHO utvecklas ens aktivitetsidentitet i ett ständigt samspel mellan personens viljekraft, vanor och utförandekapacitet i den sociala eller fysiska miljön individen befinner sig i (Melton et al., 2020). Individers viljekraft är uppbyggt av tre komponenter; uppfattning om den egna förmågan, intressen och värderingar och syftar till motivation till aktivitet. Våra intressen speglar det vi tycker om eller upplever som stimulerande (Yamada et al., 2020). Två deltagare i studien av Bryant och Suleman (2025) upplevde sig förstådda och att aktiviteterna var av intresse. De resterande tre deltagare kände sig däremot inte förstådda och bibehöll inte något intresse av aktiviteterna efter interventionen. Detta kan tolkas som att interventionen behövde utformas på ett mer personcentrerat sätt och att aktiviteterna behövde anpassas efter deltagarnas intresse för att ge effekt. Aktiviteten hade behövt spegla individens viljekraft för att hitta motivation i görandet.

Utifrån vad flera av resultaten visade menar vi författare att aktivitetsengagemang främjas om individen upplever aktiviteten som meningsfull, förknippad med positiva känslor samt präglad av personlig, kulturell eller sociokulturell betydelse. Enligt Pepin (2020) drivs en individs förändringsprocess alltid av engagemang i aktivitet och därför behöver arbetsterapeuter förstå vad som driver olika individers aktivitetsengagemang. En tolkning av resultatet var att vissa av deltagarna upplevde en känsla av att vara i nuet genom musikutövning (Aaslid Enge & Stige, 2022; Millar & Warwick, 2019). När individen blir djupt engagerad i en aktivitet kan det uppstå ett "flow" där tiden försvinner och en känsla av att bli uppslukad av aktiviteten infinner sig. För att ett flow ska kunna uppstå menar Csíkszentmihályi (1992) att aktiviteten behöver vara på rätt nivå med lagom utmaning för individen. I flera av studierna uppstod dock

även situationer som tydde på att aktiviteten inte var på rätt nivå eller tillräckligt intressant för att barnen och ungdomarna skulle engagera sig och hamna i flow. Fyra studier rapporterade resultat som handlade om hur aktiviteten anpassades eller att aktiviteten hade behövt anpassas för att fungera bättre för vissa deltagare (Aaslid Enge & Stige, 2022; de Freitas Girardi et al., 2020; Dähne et al., 2024; Rowe et al., 2017). Enligt Gillen och Brown (2024) kan begreppet "adaptation" eller anpassning i ett terapeutiskt sammanhang innebära att uppgiftskraven förändras för att passa individens nivå. Det kan handla om att minska kraven, använda hjälpmedel eller förändra den sociala eller fysiska miljön. I en studie behövde ledarna anpassa kraven och styrde aktiviteten mer mot lek (de Freitas Girardi et al., 2020). Enligt barnkonventionen (Unicef, 2024) artikel 31 har barn rätt till lek, vila och fritid. Detta innebär att lek och rekreation anpassas till barnets ålder samt att tillhandahållandet av lämpliga och lika möjligheter till kulturell och konstnärlig verksamhet (Unicef, 2024). Lek är en stor del av barns dagliga aktiviteter och har en stor betydelse för deras lärande och utveckling (Taylor et al., 2020; Winnberg Lindqvist et al., 2016). Utifrån detta kan man anta att det finns många fördelar att väva in lek i interventioner för barn. Lek kan vara särskilt betydelsefullt för barn på flykt eftersom flyktingar och asylsökande förlorat många av sina dagliga aktiviteter (Morville & Erlandsson, 2017). Enligt Förenta nationerna (UN, 2013) kan leken vara både terapeutisk och rehabiliterande för barn som varit med om svåra erfarenheter och olika typer av trauman. En viktig del av arbetsterapeutens roll är att anpassa aktiviteten utifrån klientens behov och förutsättningar samt att ge stöd och återkoppling under processen (Winther Hansen & Morville, 2016). I några av de inkluderade studierna var ledarna inkännande och kunde bedöma när en aktivitet behövde anpassas efter en eller flera individer vilket ledde till ett bättre deltagande och aktivitetsengagemang. I studien av de Freitas Girardi et al. (2020) och Aaslid Enge och Stige (2022) anpassades aktiviteten efter att barnen visat tecken på motstånd och vägrat utföra aktiviteten eller visat negativa känslor. Anpassningen ledde till att barnen åter kunde engagera sig och delta i aktiviteten.

Upplevelsen av välbefinnande är nära kopplat till aktivitetsengagemang (Wilcock & Hocking, 2015). Författarna hittade inga specifika resultat i studierna om fysiskt välbefinnande men flera av studierna visade resultat kopplat till upplevelsen av positiva känslor (Bryant & Suleman, 2025; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023b; Gerami, 2021; Heynen et al., 2022; Meyer Demott et al., 2017; Millar & Warwick, 2019) vilket kan sättas i relation till psykiskt välbefinnande. Studien av Millar och Warwick (2019) visade att möjligheten att uttrycka känslor via musik var förknippat med ökat välbefinnande. Aktiviteter behöver

generera känslor kopplat till självkänsla, motivation, socialisering, tillhörighet, mening och syfte för att en individ ska uppleva psykiskt välbefinnande (Wilcock & Hocking, 2015). Många av resultaten speglade dessa begrepp samtidigt som skapande aktiviteter visade sig fungera som känslomässigt uttryck och kommunikation (Leufstadius et al., 2010). Bildterapi ledde till mindre ångest, oro eller stress i studierna av Quinlan et al. (2015), Rowe et al. (2017) och Gerami (2021). Detta är ett lovande resultat som kan sättas i relation till det Trimboli och Taylor (2016) beskriver, att en väsentlig andel av flyktingar och asylsökande uppvisar varierade psykologiska symtom till följd traumatiska erfarenheter. En översikt av Bukhave et al. (2025) visade att skapande interventioner var förknippat med en minskning av depressiva symtom, känslor av hopplöshet, ångest, stress och ett i övrigt bättre välmående. Skapande interventioner har stor potential för flykting- och asylsökande barn och ungdomar, men samtidigt behövs det mer forskning kring hur man utformar aktiviteterna efter individernas intresse och förmåga för att varje individ ska få bästa effekt av interventionen. Utifrån resultatet kan det tolkas som att individer reagerar olika på svåra förändringar vilket belyser vikten av att anpassa den sociala- och/eller fysiska miljön efter individens erfarenheter och eventuella trauman. Trauma är något som kan uppkomma efter svåra eller allvarliga livshändelser som ger bestående negativ inverkan på individens funktion och mentala, fysiska, sociala och emotionella välmående samt är en faktor till psykisk ohälsa (SAMHSA, 2014)

Gruppbaseade interventioner bidrar till engagemang och social samhörighet

Resultatet visar att användandet av olika skapande aktiviteter som intervention i olika grad bidrog till individernas sociala välbefinnande (Aaslid Enge & Stige, 2022; Bryant & Suleman, 2025; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a; Heynen et al., 2022; Millar & Warwick, 2019). Flera interventioner stärkte sociala interaktioner och den sociala samhörigheten samt visade sig även bidra till nya vänskaper och relationer mellan deltagarna (Bryant & Suleman, 2025; Dähne et al., 2024; Feen-Calligan et al., 2023a; 10: Feen-Calligan et al., 2023b; Millar & Warwick, 2019). I en systematisk översikt av Nakeyar et al. (2018) beskrivs att en majoritet av unga flyktingar uppgav att förlusten av vänskapsrelationer i samband med flytten från sitt ursprungsland försvårade integrationsprocessen. Att bilda nya vänskaper ansågs utmanande eftersom flyktingbarn och ungdomar upplever social exkludering i högre utsträckning. Mirza et al. (2024) skriver i liknade termer att flyktingar och asylsökande har ett mindre socialt kapital vilket har stor inverkan på delaktighet i samhället och för social integration. Resultatet från bildterapiprogrammet (Bryant & Suleman, 2025) visade på att programmet upplevdes

som en trygg plats när deltagarna fick skapa tillsammans i grupp. Gruppaktiviteten förbättrade även samarbetet och deltagarna upplevde att de fick ett bra stöd av sina kamrater (Dähne et al., 2024). Genom aktivitet i grupp med andra utvecklades sociala relationer vilket går i linje med Wilcock och Hockings (2015) beskrivning av socialt välbefinnande. Ur ett aktivitetsperspektiv upplevs socialt välbefinnande när individernas utbud av aktiviteter och roller möjliggör upprätthållandet och utvecklingen av sociala relationer. Socialt välbefinnande är en balans mellan att göra, vara, tillhöra och bli i förhållande till de sociala situationerna (Wilcock & Hocking, 2015). De gruppbaseade interventionerna i denna översikt visade sig ha flera liknande fördelar som även annan litteratur lyfter fram. Eklund (2020a) lyfter att fördelar med gruppbaseade tillvägagångssätt är att man delar upplevelser sinsemellan, inspireras av varandra och bidrar till socialt samspel som är en viktig del av individers vardag samt en aspekt av delaktighet i samhället (Eklund, 2020a). Ett av arbetsterapins grundantagande är att människan är aktiv och social samt har förmåga att ständigt utvecklas (Sveriges arbetsterapeuter, 2024). Därför kan gruppbaseade interventioner vara till fördel vid behandling eller rehabilitering för att stärka individers delaktighet och sociala samspel (Eklund, 2020a).

För att stödja barn och ungdomar som kommer från olika kulturella bakgrunder behövs det mer kunskap om kulturella aspekter i förhållandet till aktivitet. Nyanlända barn ett exempel på individer som genom marginalisering och traumatisering kan uppleva aktivitetsinskränkningar vilket påverkar utvecklingen av sin aktivitetsidentitet (Peny-Dahlstrand et al., 2016). Resultaten från studierna (Aaslid Enge & Stige, 2022; Heynen et al., 2022; Millar & Warwick, 2019) visade att det kulturella sammanhanget kunde stärkas genom musikutövning eller musikinslag från olika kulturer. Kulturella aspekter bör beaktas som en egenskap i miljön där aktiviteten utförs och som påverkar personens görande (Fisher et al., 2020). Kultur definieras som den övertygelse, tro, uppfattningar, värderingar och normer samt vanor och beteende som delas av en grupp eller ett samhälle (Fisher et al., 2020). Kultur har stor betydelse och inverkan på individens viljekraft (Fisher et al., 2020) och sociala grupper kan även utveckla egna kulturer som främjar sammanhållning (de las Heras de Pablo et al., 2020a). Därför är det viktigt att arbetsterapeutens överväger individernas erfarenheter vid sammansättning av en grupp samt tar hänsyn till att individer bär på olika begränsningar och resurser (Eklund, 2020b).

Metoddiskussion

Författarna valde en induktiv ansats för att tillåta en friare analys av datan genom att inte ha ett förbestämt ramverk eller teori/modell som man har vid en deduktiv ansats (Henricson, 2017). Fördelar som kommer med en induktiv ansats är att man möjliggör identifiering av nya mönster i datan och att skapa egna kategorier eller teman. Nackdel med en induktiv ansats är att analysen kan färgas av författarnas egna erfarenheter och tolkningar utan att dessa är medvetandegjorda. Vi som författare är skolade i arbetsterapeutisk teori och det ligger nära till hands att koppla till arbetsterapeutiska begrepp i skapande av kategorier. Vår strävan har dock varit att hålla oss så nära datan och de begrepp som använts i studierna som möjligt.

Författarna arbetade med olika sökord för att identifiera tillförlitliga sökresultat och hitta ett hanterbart antal träffar. Under ett tillfälle tog författarna hjälp av en bibliotekarie för att få vägledning med litteratursökningen. Flera olika sökords kombinationer testades för att avgöra vilka ord som skulle ingå i den slutliga sökningen. Författarna genomförde en testsökning med sökorden (se bilaga 1) och “occupational therapy” och “occupational therapist” men eftersom sökresultatet var för låg uteslöts begreppen, vilket skedde i samråd med bibliotekarie. För att få en bredare och mer nyanserad överblick av område inkluderades studier med kvantitativa, kvalitativa och mixad metod. Sökningen gjordes i tre databaser; CINAHL, PsycINFO och PubMed för att få en bredd i sökresultaten och samma sökord tillämpades i varje databas. Genom användningen av inklusionskriterier och exklusionskriterier kunde sökningen resultera i fler relevanta artiklar som speglade syftet. Författarna valde att exkludera artiklar som enbart berörde migranter eftersom en migrant är ett bredare begrepp på en person som lämnar landet av fri vilja för att bosätta sig i ett annat land för att studera eller jobba. Inklusionskriterierna var att interventionen skulle innehålla någon form av skapande aktivitet och att målgruppen skulle vara flyktingar och asylsökande. Artiklar som berörde flyktingar eller asylsökande och migranter inkluderades eftersom dessa artiklar gjordes i skolan där man inte delade på en klass efter migrations-status. Författarna valde att inte begränsa sig till specifika årtal eftersom antalet träffar utan åtalbegränsningar var hanterbart och därför skulle inte sökresultaten gynnas av att begränsa i årtal. Samtliga artiklar hade en relativt stor geografisk spridning, med artiklar från Europa, Nordamerika och Oceanien vilket bidrar till en bredd av den insamlade kunskapen och gynnar generaliserbarhet. Därmed saknades det artiklar från världsdelarna Asien, Afrika och Sydamerika vilket påverkar generaliserbarheten negativt. Samtidigt resonerar författarna att

människan oavsett vilket land man kommer ifrån har ett grundläggande behov av att uppleva tillhörighet, välbefinnande och att uttrycka, bearbeta och hantera sina känslor är något alla gör eller behöver göra i olika gränder. Därför kan resultatet anses till viss del generaliserbart/överförbart till andra målgrupper.

Alla inkluderade artiklar genomgick kvalitetsgranskning enligt Friberg (2022). Samtliga artiklar som valdes ut till studien genomgick kvalitetsgranskning där nivån låg mellan medel och hög. En artikel exkluderades efter kvalitetsgranskning då resultatet var av låg kvalitet. Alla artiklar förutom en hade genomgått etisk prövning. I den artikeln hade författarna inhämtat informerat samtycke. Författarna valde att inkludera artikeln (Rowe et al., 2017) på grunderna att informerat samtycke inhämtades med hjälp av tolk samt om deltagarna inte förstod frågorna kunde ledaren läsa upp och förklara frågorna på frågeformuläret. Något som författarna var medvetna om var att faktorer som lågt urval av deltagare kunde påverka studiernas reliabilitet och att det är svårt att dra generella slutsatser av resultatet. Författarna valde att ändå inkludera dessa artiklar eftersom de kan bidra med viktiga aspekter av individernas olika subjektiva upplevelser samt att det är ett tecken på behov av vidare forskning. De kvantitativa artiklar som inkluderades hade ett högre antal deltagare vilket gör resultatet mer generaliserbart. Dock går man miste om den subjektiva upplevelsen som är minst lika viktigt att kartlägga. Författarna anser att validiteten stärktes genom ett systematiskt tillvägagångssätt där relevanta sökord användes vid artikelsökningen, kvalitetsgranskning av samtliga artiklar och analysprocessen genomfördes

Valet av en integrativ analys tillämpades för att möjliggöra en djupare analys av datan. Författarna började med att analysera två artiklar gemensamt för att säkerställa likvärdigt analystillvägagångssätt. Meningsbärande enheter togs fram som kondenserades till en mening som genererade en kod. Koderna grupperades sedan i olika kategorier. Vid kondensering översattes texten från engelska till svenska. När osäkerheter uppstod diskuterades detta mellan författarna för att sedan gemensamt analysera materialet. Under analysprocessen var författarna noggranna med att försöka hålla ett neutralt förhållningssätt för att inte färgas av egna erfarenheter och förutfattade meningar. Det finns en möjlig risk att nyanser kan ha försvunnit i översättningen eller tolkning från engelska till svenska vilket kan ha påverkat resultatet.

I tre studier användes tolk, vilket författarna ansåg som något positivt eftersom flyktingar och

asylsökande ofta hamnar i ett land där de inte talar språket. I studien av Quinlan et al. (2015) erbjöds tolk över telefon om det behövdes vid uppläsning av självskattning formulär. I studien av Bryant och Suleman (2025) använde sig av tolk när informerat samtycke inhämtades samt översättning vid behov. I studien av Feen-Calligan et al. (2023b) användes tolk som matchade deltagarnas etniska bakgrund och hade samma förstaspråk. Tolken var mycket närvarande, till exempel påminde deltagarna att det var okej att dela med sig av sin konst på sitt första språk. Tolken gav feedback till bildterapeuten så att presentation av instruktioner kunde levereras på ett mer konkret språk. Användandet av tolk kan också ha sina utmaningar, till exempel kan tolken skapa en betydelsefull relation till deltagarna vilket kan påverka den terapeutiska alliansen. I en av studierna (Rowe et al., 2017) valde författarna att inte använda tolk i interventionen med motiveringen att det hade kunnat påverka relationen mellan terapeuten och klienten samt att känsliga personuppgifter berördes. När ett samtal sker mellan tre parter kan det bli mer komplicerat och ökar risken för missförstånd. Samtidigt är tolkar viktigt för att stödja klientens rätt till vård och ska fungera som en neutral kommunikationsväg (Fatahi et al., 2008).

Något som vi författare uppmärksammande var avsaknaden av studier utförda av eller med arbetsterapeuter. Det finns forskning av arbetsterapeuter där andra sorters aktiviteter har använts som intervention för vuxna flyktingar men forskningen är begränsad när det kommer till interventioner med ett specifikt fokus på skapande aktiviteter för flyktingbarn och ungdomar. Detta visar på en kunskapslucka som stärker studiens nytta och understryker behovet av framtida forskning.

Slutsats och implikationer

Sammanfattande kan vi konstatera att användandet av skapande aktiviteter som intervention påverkar flyktning- och asylsökande barn och ungdomars möjlighet till känslouttryck, samhörighet, psykiska symtom samt aktivitetsengagemang på ett övervägande positivt sätt. Denna kunskap är viktig i utformningen av framtida interventioner med fokus på olika skapande aktiviteter för målgruppen. Arbetsterapeuter med kompetens om människans görande, aktivitetsanpassning, personcentrerat förhållningssätt och aktivitetsengagemang kan vägleda utformning och implementering av interventioner där man använder sig av skapande aktiviteter som medel. Forskning visar på olika positiva hälsoeffekter hos individer som ägnar

sig åt skapande aktiviteter (Bukhave et al., 2025), vilket ytterligare betonar potentialen i interventioner med skapande aktiviteter som medel. Samtidigt framhåller denna litteraturstudie behovet av fortsatt forskning för att tydliggöra hur det arbetsterapeutiska kunskapsunderlaget kan tillämpas i arbetet med flyktingar och asylsökande. Ökad kunskap inom området kan även stärka arbetsterapeuters möjligheter att främja hälsa och livskvalitet hos denna målgrupp.

Referenser

*Resultatartiklar

*Aaslid Enge, K.E & Stige, B., (2022). Musical pathways to the peer community: A collective case study of refugee children's use of music therapy. *Nordic journal of music therapy*, 31(1). <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1080/08098131.2021.1891130>

Almqvist, K., Norlén, A., & Tingberg, B. (2019). *Barn, unga och trauma: att uppmärksamma, förstå och hjälpa*. Natur & Kultur.

*Bryant, D., & Suleman, F. (2025). Collaborative and side-by-side artmaking: reducing social isolation in refugee youth group art therapy. *International Journal of Art Therapy: Inscape*, 30(2), 67–79. <https://doi.org/10.1080/17454832.2024.2417723>

Bukhave, E. B., Creek, J., Kirketerp Linstad, A., & Faber Frandsen, T., (2025). The effects of crafts-based interventions on mental health and well-being: A systematic review. *Australian Occupational Therapy Journal*, 72(1), 1-19. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/1440-1630.70001>

Csikszentmihályi, M. (1992). *Flow: den optimala upplevelsens psykologi*. Stockholm: Natur och kultur.

*de Freitas Girardi, J., Miconi, D., Lyke, C., & Rousseau, C. (2020). Creative expression workshops as Psychological First Aid (PFA) for asylum-seeking children: An exploratory study in temporary shelters in Montreal. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 25(2), 483–493. <https://doi.org/10.1177/1359104519891760>

de las Heras de Pablo, C-G., Abelende, J. & Parkinson, S. (2020a). Utveckling av MOHO-baserade program. I R. R. Taylor (Red.), *Kielhofners model of human occupation: Teori och tillämpning* (2 uppl., s. 481–504). Studentlitteratur.

de las Heras de Pablo, C-G., Fan, C-W., & Kielhofner, G. (2020b). Dimensioner av görande. I R. R. Taylor (Red.), *Kielhofners model of human occupation: Teori och tillämpning* (2 uppl., s. 145–162). Studentlitteratur.

*Dähne, F., Jervelund, S. S., Primdahl, N. L., Siemsen, N., Derluyn, I., Verelst, A., Spaas, C., de Haene, L., & Skovdal, M. (2024). Understanding how classroom drama workshops can facilitate social capital for newly arrived migrant and refugee adolescents: Insights from Denmark. *Transcultural Psychiatry*, 61(2), 260–272.
<https://doi.org/10.1177/13634615231225099>

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

Eklund, M. (2020b). Arbetsterapeutiska gruppmodeller. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet & relation: mål och medel inom psykosocial rehabilitering*. (uppl. 2, s.289–311). Studentlitteratur.

Fatahi, N., Hellström, M., Skott, C., & Mattsson, B. (2008). General practitioners' views on consultations with interpreters: A triad situation with complex issues. *Scandinavian Journal of Primary Health Care*, 26(1), 40–45. <https://doi.org/10.1080/02813430701877633>

*Feen-Calligan, H., Grasser, L. R., Nasser, S., Sniderman, D., & Javanbakht, A. (2023a). Photovoice techniques and art therapy approaches with refugee and immigrant adolescents. *The Arts in Psychotherapy*, 83, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2023.102005>

*Feen-Calligan, H., Grasser, L. R., Smigels, J., McCabe, N., Kremer, B., Al-Zuwayyin, A., Yusuf, I., Alesawy, N., Al-Nouri, J., & Javanbakht, A. (2023b). Creating through COVID: Virtual Art Therapy for Youth Resettled as Refugees. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 40(1), 22–30. Doi:10.1080/07421656.2023.2172947

Fisher, G., Parkinson, S., & Haglund, L. (2020). Miljön och människans aktivitet. I R-R. Taylor (Red.), *Kielhofners model of human occupation* (2 uppl., s. 127–144). Studentlitteratur.

Friberg, F. (2022). Att göra en litteraturoversikt av kvantitativ och kvalitativ forskning. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats: vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (5 uppl.,

s. 185–199). Studentlitteratur.

Folkhälsomyndigheten. (8 december 2025). *Vad är psykisk hälsa?*.

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

Gamborg, G., Madsen, J., & Winther Hansen, B. (Red.). (2016). *Kreativitet i arbetsterapi*. Studentlitteratur.

*Gerami, M. (2021). The Effects of Group Art Therapy on Reducing Psychological Stress and Improving the Quality of Life in Iranian Newcomer Children (Les effets de l'art-thérapie de groupe sur la réduction du stress psychologique et l'amélioration de la qualité de vie d'enfants nouveaux arrivants iraniens). *Canadian Journal of Art Therapy*, 34(1), 8–17.

<https://doi.org/10.1080/26907240.2021.1883856>

Gillen, G. & Brown, C. (red.) (2024). *Willard and Spackman's occupational therapy*. (14 uppl.). Philadelphia: Wolters Kluwer.

Henricson, M. (2017). Forskningsprocessen. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (2 uppl., s. 43-56). Studentlitteratur.

*Heynen, E., Bruls, V., van Goor, S., Pat-El, R., Schoot, T., & van Hooren, S. (2022). A Music Therapy Intervention for Refugee Children and Adolescents in Schools: A Process Evaluation Using a Mixed Method Design. *Children*, 9(10), 1434–N.PAG.

<https://doi.org/10.3390/children9101434>

Kielhofner, G. & Taylor, R.R. (2020). Introduktion till Model of Human Occupation (MOHO). I R. R. Taylor (Red.) *Kielhofners model of human occupation: teori och tillämpning*. (2 uppl., s. 21-29). Lund: Studentlitteratur.

Kjellström, S. (2017). Forskningsetik. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad*. (2 uppl., s. 57- 80). Studentlitteratur.

Leufstadius, C., Gunnarsson, B., & Tjörnstrand, C. (2010). Skapande aktivitet. I M. Eklund, B. Gunnarsson & C. Leufstadius (Red.), *Aktivitet & relation: mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (s.217-244). Studentlitteratur.

Leufstadius, C., & Tjörnstrand, C. (2020). Skapande aktivitet och intervention. I M. Eklund, B. Gunnarsson & J. Hultqvist (Red.), *Aktivitet & relation: mål och medel inom psykosocial rehabilitering*. (uppl. 2, s. 253–267). Studentlitteratur.

Melton, J., Holzmüller, R-P., Keponen, R., Nygård, L., Munger, K., & Kielhofner, G. (2020). Att skapa aktivitetsliv. I R. R. Taylor (Red.), *Kielhofners model of human occupation: Teori och tillämpning* (2 uppl., s.163–182). Studentlitteratur.

*Meyer DeMott, M. A., Jakobsen, M., Wentzel-Larsen, T. & Heir, T. (2017). A controlled early group intervention study for unaccompanied minors: Can Expressive Arts alleviate symptoms of trauma and enhance life satisfaction? *Scandinavian Journal of Psychology*, 58, 510–518. <https://doi.org/10.1111/sjop.12395>Digital Object Identifier (DOI)

Migrationsverket. (u.å.). *Ordförklaringar*.

<https://www.migrationsverket.se/ordforklaringar.html#F>

*Millar, O., & Warkwick, I. (2019). Music and refugees' wellbeing in contexts of protracted displacement. *Health Education Journal*, Vol. 78(1), 67–80.

<https://doi.org/10.1177/0017896918785991>

Mirza, M., Trimboli, C., AlHeresh, R., Arman, Md. A. I., Black, M., Bogeas, T., Galvaan, R., Habib, M. M., & Smith, Y. J. (2024). Forced migration and the role of occupational therapy. I G. Gillen & C. Brown (Red.), *Willard and Spackman's occupational therapy* (14 uppl., s. 1140-1162). Wolters Kluwer.

Morville, A-L & Erlandsson L-K. (2017). Occupational deprivation for asylum seekers. I S. Dikaos. (Red.), *Occupational therapies without borders, integrating justice with practice*. (s.381-390). Elsevier.

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.

Nakeyar, C., Esses, V., & Reid, G. J. (2018). The psychosocial needs of refugee children and youth and best practices for filling these needs: *A systematic review. Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(2), 186–208.

<https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1177/1359104517742188>

Peny-Dahlstrand, M., Lidström, H. & Eliasson, A-C. (2016). Framtidens arbetsterapi. I A-C. Eliasson, M. Lidström & M-P. Dahlstrand (Red.), *Arbetsterapi för barn och ungdomar* (s. 333–336). Studentlitteratur.

Pépin, G. (2020). Aktivitetsengagemang: Hur människor uppnår förändring. I R-R. Taylor (Red.), *Kielhofners model of human occupation* (2 uppl., s. 239-248). Studentlitteratur.

*Quinlan, R., Schweitzer, R. D., Khawaja, N., Griffin, J. (2015). Evaluation of a school-based creative arts therapy programme for adolescents from refugee backgrounds. *The Arts in Psychotherapy*, 47, 72-78. <http://dx.doi.org/10.1016/j.aip.2015.09.006>

Ramadan, M., Hadfield, K., Ryan, M., Cai, P., Bosqui, T., & Nolan, A. (2024). The use of creative art therapy to address the mental health of refugee adolescents: a systematic review. *Arts & health: An international journal for research, policy and practice*. 2024 Sep 18:1-19. doi:[10.1080/17533015.2024.2395896](https://doi.org/10.1080/17533015.2024.2395896)

*Rowe, C., Watson-Ormond, R., English, L., Rubesin, H., Marshall, A., Linton, K., Amolegbe, A., Agnew-Brune, C., & Eng, E. (2017). Evaluating art therapy to heal the effects of trauma among refugee youth: The Burma Art Therapy Program evaluation. *Health Promotion Practice*, 18(1), 26–33. <https://doi.org/10.1177/1524839915626413>

Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA) (2014). *SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach*. HHS Publication No. (SMA) 14-4884. Rockville, MD:
https://coresonline.org/sites/default/files/documents/samhsas_concept_of_trauma_and_guidance_for_a_trauma-informed_approach.pdf

Sveriges arbetsterapeuter. (2024). *Etisk kod för arbetsterapeuter*. Sveriges arbetsterapeuter. <https://www.arbetsterapeuterna.se/media/ckjbiwye/etisk-kod-2024->

[slutversion_webbpdf_tillganglighetsanpassad.pdf](#)

Sverige för UNHCR. (u.å.). *Flyktingar i världen*.

<https://www.sverigeforunhcr.se/fakta/flyktingar-i-varlden/>

Taylor, R.R., Pan, A-W., & Kielhofner, G. (2020). Görandet och blivandet.

Aktivitetsförändring och utveckling. I R. R, Taylor (Red.) *Kielhofners model of human occupation: teori och tillämpning*. (2 uppl., s. 183-202). Lund: Studentlitteratur.

The World Medical Association. (19 October 2024). *WMA declaration of Helsinki – Ethical principles for medical research involving human participants*. <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki/>

Trimboli, C., & Taylor, J. (2016). Addressing the occupational needs of refugees and asylum seekers. *Australian Occupational Therapy Journal*, 63(6), 434–437. <https://doi-org.ludwig.lub.lu.se/10.1111/1440-1630.12349>

Trimboli, C. (2017). Occupational Justice For Asylum Seeker and refugee children: issues, effects, and action. I D. Sakellariou & N. Pollard (Red.) *Occupational therapies without borders: integrating justice with practice* (2 uppl., s. 460- 467). Elsevier.

UNHCR. (4 november 2025). *Refugee data finder*. <https://www.unhcr.org/refugee-statistics>

UNHCR (27 augusti 2015). *UNHCR viewpoint: 'Refugee' or 'migrant' – Which is right?*.

<https://www.unhcr.org/news/stories/unhcr-viewpoint-refugee-or-migrant-which-right>

Unicef. (2024). *Barnkonventionen: FN:s konvention om barnets rättigheter, i sin helhet*.

https://assets.ctfassets.net/gl8rzq2xcs2o/FUJ64Tf4T7SHdFcZPfj7Y/ccbb852ddac1ff7287134cdf7579b691/UNICEF_Barnkonventionen_fullversion_2024__1_.pdf

United Nations Committee on the Rights of the Child. (2013). *General comment No. 17*

(2013) *on the right of the child to rest, leisure, play, recreational activities, cultural life and the arts (art. 31)* (CRC/C/GC/17). United Nations.

https://tbinternet.ohchr.org/_layouts/15/TreatyBodyExternal/Download.aspx?symbolno=CRC

[%2FC%2FGC%2F17&Lang=en](#)

United Nations High Commissioner for Refugees. (1996). *Förenta nationernas flyktingkommissarie: Handbok om förfarandet och kriterierna vid fastställande av flyktingars rättsliga ställning enligt 1951 års konvention och 1967 års protokoll angående flyktingars rättsliga ställning* [Handbok]. UNHCR.

<https://www.sverigeforunhcr.se/globalassets/images/pdf/flyktingar/unhcrs-handbok.pdf>

Yamada, T., Taylor, R-R & Kilhofner, G. (2020). Personsspecifika begrepp för människans görande och aktivitet. I R-R. Taylor (Red.), *Kielhofners model of human occupation* (2 uppl., s. 31-46). Studentlitteratur.

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

Winnberg Lindqvist, P., Kroksmark, U., Andersson, B-M., & Wallerius, U., (2016). Lek för barn med flerfunktionsnedsättning. I A-C. Eliasson, H. Lidström, M. Peny-Dahlstrand (Red.), *Arbetsterapi för barn och ungdom*. (s.165-178) Studentlitteratur.

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

Winther Hansen, B., & Morville, A-L. (2016). Kreativa aktiviteters rehabiliterande kraft. I G. Gamborg, J. Madsen & B. Winther Hansen (Red.), *Kreativitet i arbetsterapi*. (s.71-80). Studentlitteratur.

Winther Hansen, B. & Snedker Jörgensen, W. (2016). Arbetsterapeuters arbete med medvetandeprocesser genom skapande uttrycksformer. I G. Gamborg, J. Madsen & B. Winther Hansen (Red.), *Kreativitet i arbetsterapi*. (s. 53-68). Studentlitteratur.

Whiteford, G. (2014). Enacting occupational justice in research and policy development highlighting the experience of occupational deprivation in forced migration. I D. E. Pierce (Red.), *Occupational science for occupational therapy* (s.169-178). Slack Incorporated.

Whittemore, R., & Knafl, K. (2005). The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, 52(5), 546-553. <https://doi.org/10.1111/j.13652648.2005.03621.x>

World Health Organization. (u.å.). *Health and well-being*.

<https://www.who.int/data/gho/data/major-themes/health-and-well-being>

World Health Organization. (2026). *Mental Health*. https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1

Wook Lee, S., & Kielhofner, G. (2020). Vanebildning: Aktivitetsmönster i dagliga livet. I R. Taylor (Red.), *Kielhofners model of human occupation* (2 uppl., s. 87-106).

Studentlitteratur.

Östlundh, L (2022) Informationssökning. I F. Friberg (Red.), *Dags för uppsats: vägledning för litteraturbaserade examensarbeten* (5 uppl., s- 79-110). Studentlitteratur.

Bilagor

Bilaga 1: Sökscheman

Cinahl 13/4	Sökord	Antal träffar
S1	Refugee* OR "asylum seeker*" OR "refugee camp" OR "asylum center" OR "displaced person"	13,495
S2	art OR "art therapy" OR music OR "craft making" OR painting OR drawing OR handcraft OR craft OR dance OR theater OR knitting OR creativ*	133,655
S3	"mental health" OR "mental illness" OR "mental disorder" OR "well-being" OR wellbeing OR wellness	354,284
S4	S1 AND S2 AND S3	188
S5	S1 AND S2 AND S3 + filter	181

Filter: Engelska + akademiska tidskriftsartiklar

PubMed 13/4	Sökord	Antal träffar
S1	Refugee* OR "asylum seeker*" OR "refugee camp" OR "asylum center" OR "displaced person"	24,140
S2	art OR "art therapy" OR music OR "craft making" OR painting OR drawing OR handcraft OR craft OR dance OR theater OR knitting OR creativ*	498,900

S3	"mental health" OR "mental illness" OR "mental disorder" OR "well-being" OR wellbeing OR wellness	8,009,447
S4	S1 AND S2 AND S3	562
S5	S1 AND S2 AND S3 + filter	550

Filter: Engelska

PsycInfo 13/4	Sökord	Antal träffar
S1	Refugee* OR "asylum seeker*" OR "refugee camp" OR "asylum center" OR "displaced person"	16,022
S2	art OR "art therapy" OR music OR "craft making" OR painting OR drawing OR handcraft OR craft OR dance OR theater OR knitting OR creativ*	343,597
S3	"mental health" OR "mental illness" OR "mental disorder" OR "well-being" OR wellbeing OR wellness	1,070,133
S4	S1 AND S2 AND S3	498
S5	S1 AND S2 AND S3 + filter	352

Filter: Engelska + akademiska tidskriftsartiklar

Bilaga 2: Artikelmatris

Författare, år & titel	Land	Syfte	Deltagare	Metod	Resultat	Kvalitets-nivå
1. Millar & Warwick (2019) Music and refugees' wellbeing in contexts of protracted displacement.	Grekland	Syftet med studien var att förbättra förståelsen för sambandet mellan musikutövning och välbefinnandet hos unga flyktingar	12 st flyktingar 11–18 år	Metod: Kvalitativ metod, fallstudie Datainsamling: Observationer av individuella musiklektioner och musikworkshops i grupp Semi strukturerade intervjuer med sex st av deltagarna	Resultatet visade att utövandet av musik var kopplat till uppkomst av positiva emotioner, möjlighet till känslomässiga uttryck, sociala relationer och interaktioner förbättrades samt positiv påverkan på självförtroendet och ens egen identitet samt kulturella identitet	Hög
2. Gerami (2021) The effects of group art therapy on reducing psychological stress and improving the quality of life	Kanada	Att undersöka effekterna av bildterapi i grupp för att minska psykisk stress hos iranska barn som är immigranter och flyktingar i syfte att erbjuda kostnadseffektiva och tillgängliga lösningar till utsatta grupper.	10st nyanlända Iranska barn 8-12 år	Metod: Kvantitativ 10 veckors bildterapi i grupp i ett after-school program. Datainsamling: Tre olika tester användes: Symptom Checklist-90-Revised questionnaires (SCL90-R), the Revidierter Kinder	Resultaten från de tre olika tester som användes visade på en signifikant skillnad i deltagarnas stressnivåer och livskvalitet. Stressnivåerna var fortsatt låga en månad efter den sista sessionen 10e veckan. Mätningen av kortisol i saliv vid sista sessionen visade ingen signifikant minskning.	Medel

in Iranian newcomer children.				Lebensqualitätsfragebogen (KINDL-R), Perceived Stress Scale (PSS). Saliv samlades in i början och i slutet av studien och analyserades. Kortisolnivåerna mättes.		
3. Heynen et al. (2022) Music Therapy Intervention for Refugee Children and Adolescents in Schools: A Process Evaluation Using a Mixed Method Design	Nederländerna	Syftet med studien var att undersöka de inledande stegen i implementering av intervention (Safe & Sound) och att undersöka de upplevda effekterna av en musikterapi intervention hos flyktningbarn.	108 st flyktning barn och ungdomar, 6-17år	Metod: Mixad design Datainsamling: Semi strukturerade intervjuer med lärare och musikterapeuter. Deltagarna fick fylla i frågeformulär innan och efter intervention För att mäta barnens upplevelser användes instrumenten: VAS (Visual analogue scale) och SECCI (the climate in the class)	Kvalitativa resultat: interventionen visade sig stärka processen för social samhörighet och upplevelsen av tillhörighet (sense of belonging) Kvantitativa resultat: Negativa känslor hos deltagarna minskade. Förändringar av klassrumsklimatet var begränsade, endast dimensionen av upplevt stöd förändrades över tid. Utifrån intervjuer med	Medel

					lärarna och musikterapeuten rapporterade de att deltagarna visade känslor kopplat till grupptillhörighet, känna sig sedd och hörd, accepterade och visade på stolthet och självförtroende. Interventionen gav plats för kulturella skillnader.	
4. Rowe et al. (2017) Evaluating Art Therapy to Heal the Effects of Trauma Among Refugee Youth: The Burma Art Therapy Program Evaluation	USA	Denna utvärdering genomfördes i syfte att bedöma effekten av ATI:s bildterapeutiska intervention på den psykiska hälsan hos traumatiserade flyktingungdomar från Burma	30 st flyktingar, ålder 11–20 år	Metod: Mixad metod. 16 sessioner på skolan under 6 månader. Datainsamling: Fokusgrupper med ledare. Fyra bedömningsinstrument: The Piers-Harris Self-Concept Scale (PHSCS), the Hopkins Symptoms Checklist (HSC), the Harvard Trauma Questionnaire (HTQ), Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)	Under behandlingen rapporterade deltagarna färre symtom på ångest (statistiskt signifikant) men en lätt förhöjning av depressiva symtom. Man såg även en ökad positiv självbild.	Hög

5. Bryant & Suleman (2025) Collaborative and side-by-side artmaking: reducing social isolation in refugee youth group art therapy	Australien	Syftet med studien var att undersöka om samarbetande och "sida vid sida"-skapande i grupp skulle föra samman ungdomar med effektivt; lindra deras sociala isolering från trauma, fördrivnings- och vidarebosättnings erfarenheter; erbjuda en trygg miljö och plattform för att uttrycka sig; och förbättra deras mentala hälsa och välbefinnande	Fem 14–15 åriga flyktingungdomar (kvinnor)	Metod: Triangulär mixad metod Datainsamling: Semi-strukturerade intervjuer med ungdomarna samt lärare och bildterapeuter Standardiserade instrument: Child Outcome Rating Scale (CORS) Outcome Rating Scale (ORS) World Health Organisation (Five) Well-Being Questionnaire (WHO-5) Child Session Rating Scale (CSRS)	Kvalitativa resultat: Tre teman: 1= social kontakt är viktigt inom skolmiljön, 2= självkänsla och självförtroende är relaterade till att skapa kontakt med andra och social isolering, 3= känsla av trygghet i det individuella konstskapandet och samarbete med jämnåriga. Kvantitativa resultat: enligt statistik hade programmet en betydande effekt på flyktingungdomars individuella, interpersonella och allmänna välbefinnande, tillfredsställelse med skola och vänskapsrelationer Sammanlagda poäng efter interventionen var högre än innan vilket indikerar att programmet överlag hade en positiv effekt.	Hög
6. Aaslid Enge	Norge	Syftet var att undersöka	Fyra	Metod: Kvalitativ	Resultatet presenteras i	Medel

& Stige (2022) Musical pathways to the peer community: A collective case study of refugee children's use of music therapy		hur deltagandet i musikterapi i en offentlig grundskola kan stärka flyktingbarns beredskap att samarbeta med sina jämnåriga	flyktingbarn, 8–12 år	fallstudie Datainsamling: Anteckningar och ljudinspelningar från musikterapi-sessionerna.	fyra fallbeskrivningar. Amir: samarbeta med ledaren och den andra pojken blev bättre över tid. Farah: stärkt självförtroende, skrev sånger om vänskaper. Att anpassa musikspelandet med ett annat barn var svårt. Maria: Grät mycket, bättre samarbete över tid, engagemang i aktivitet ökade Omar: Uppvisade positiva känslor, var motiverad, uppvisade inga tecken på aggression/konfliktsökande och samarbetet blev bättre med andra barn	
7. Dähne et al. (2024) Understanding how classroom drama	Danmark	Syftet med studien var att utöka evidens för effektiviteten av skolbaserade interventioner för att förbättra flykting- och	41 flyktingar och migranter (flickor och pojkar) i åldrarna 12–18.	Metod: Kvalitativ metod Datainsamling: Åtta fokusgrupper med ungdomarna.	Resultatet visade att deltagarna upplevde att dramaworkshopen spelade roll i deras känsla av socialitet, samarbete och kamrattstöd. Det var även	Hög

workshops can facilitate social capital for newly arrived migrant and refugee adolescents: Insights from Denmark.		migrant ungdomars psykiska välbefinnande, samt att förstå hur sådana interventioner på bästa sätt kan implementeras i olika utbildningssammanhang		Fyra semi strukturerade intervjuer med lärare och skolkoordinator. Skriftligt underlag från två drama terapeuter.	lättare att skaffa nya vänner och dela med sig av sina känslor. Ökad tillit växte fram mellan deltagarna och även mellan deltagare och lärare.	
8. Quinlan et al. (2015) Evaluation of a school-based creative arts therapy programme for adolescents from refugee backgrounds	Australien	Syftet med studien var att utöka evidensen för olika kreativa interventioner genom att inkludera en kontrollgrupp i en bedömning av skolbaserade kreativa konst-interventioner som är specifikt utformade för flyktingar och asylsökande ungdomar	42st skolelever (12-17år) med flyktingbakgrund	Metod: Kvantitativ metod Datainsamling: Hopkins Symptoms Checklist-25 (HSCL-25), the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)	Resultaten visade att det fanns en tydlig minskning av emotionella symtom (ex oro, nedstämdhet). Det fanns även en minskning av beteendesvärigheter (ex hyperaktivitet, konflikter, utåtagerande beteende) men kunde inte visa på statistisk signifikans. Alla resultat var inte signifikanta, men visade måttliga effektstorlekar för emotionella symtom, hyperaktivitet och kamratrelationer.	Hög

9. De Freitas Girardi et al. (2020) Creative expression workshop as Psychological First Aid (PFA) for asylum- seeking children: An exploratory study in temporary shelters in Montreal	Kanada	Syftet med studien var att beskriva implementeringen av workshops för att bedöma om interventionen uppfyllde kärnelementen i PFA och utforska dess potential att stödja asylsökande ungdomars olika behov i tillfälliga boende.	Barn och tonåringar i åldrarna 2–18. 15 – 30 st i varje workshop	Metod: Kvalitativ metod Datainsamling: Fältanteckningar från handledarna, två fokusgrupper med handledare och anteckningar från projektkoordinatorn	Resultatet visade att workshopen gav en möjlighet för uttryck av olika känslor som kunde omvaldas via kreativa aktiviteter, ett tillfälle av lek och sätta sina roller/ansvar vid sidan. Tre teman identifierades: 1: Främja emotionell trygghet 2: Ge utrymme för uttryck av dåtida och nutida erfarenheter 3: Utmaningar och hinder för implementering	Hög
10. Feen- Calligan et al. (2023a) Photovoice techniques and art therapy approaches with refugee and immigrant adolescents	USA	Syftet var att reflektera kring communityts styrkor och utmaningar, främja dialog deltagarna emellan och nå ut till beslutsfattare och erbjuda en röst och plattform åt arab-amerikanska ungdomar genom fotografering (photovoice)	10st arabisk-amerikanska ungdomar från olika länder 13-17 år (alla kön)	Metod: Kvalitativ metod, -fallstudie Datainsamling: Skriftliga anteckningar efter varje session från handledarna och/eller bildterapeutstudenten samt gruppdiskussion med alla ansvariga.	Resultatet visade att interventionen bidrog till att deltagarna fann ett socialt stöd hos varandra. De uttryckte individuella bekymmer som fler delade, i chattgruppen. Deltagarna höll kontakten i chattgruppen långt efter programmets slut där de skickade bilder och	Medel

					personliga meddelanden till varandra.	
11. Feen-Calligan et al. (2023b) Creating Through COVID: Virtual Art Therapy for Youth Resettled as Refugees	USA	Syftet var att utveckla ett program för virtuell bildterapi i olika familj- eller samhällskontexter som är gynnsamma för (a) att komplettera befintliga vårdtjänster, (b) att erbjuda ett tillgängligt och prisvärt alternativ till dem som inte får behandling på grund av bristande tillgång till vård, kostnader eller stigmatisering, (c) erbjuda ett program utformat i en kollektivistisk form (familjen), vilket är särskilt fördelaktigt för personer som kommer från kollektivistiska kulturer och (d) stärka familjer med copingstrategier och avslappningstekniker som kan hjälpa dem hantera stress och	Pojkar och flickor i åldern 5–18 år tillsammans med deras föräldrar. Totalt 32 personer från 9 olika familjer	Metod: Kvalitativ metod, fallstudie med explorativ ansats Datainsamling: Observationer och anteckningar från sessionerna av handledarna samt gruppdiskussioner med handledarna efter varje session.	Bildterapiprogrammet visade positiva effekter på deltagarnas emotionella uttryck, copingstrategier, familjerelationer och känsla av gemenskap.	Medel

		trauma relaterad psykisk ohälsa till följd av krigsupplevelse, tvångsmigration, diskriminering och pandemin				
12. Meyer Demott et al. (2017) A controlled early group intervention study for unaccompanied minors: Can Expressive Arts alleviate symptoms of trauma and enhance life satisfaction?	Norge	Syftet var att studera om gruppinterventionen Expressive Arts in Transition (EXIT) har några långsiktiga effekter för målgruppen ensamkommande asylsökande tonåringar och om interventionen kan lindra psykologisk stress & trauma och öka tillfredsställelse och hopp.	145st ensamkommande pojkar mellan 15-18 år från Afghanistan, Somalia, Iran, Västsahara, Palestina och Algeriet.	Metod: En longitudinell kvantitativ studie. 5-veckors expressive arts program. Datainsamling: The Hopkins Symptom Checklist-25 (HSCL-25), The Harvard Trauma Questionnaire (HTQ), Cantril's Ladder of Life Satisfaction measures current life satisfaction (CLS), Serious Life Events checklist (SLE)	En signifikant ökning av tillfredsställelse i livet hos interventionsgruppen, ingen signifikant förändring i kontrollgruppen. Stressen ökade hos kontrollgruppen, ingen signifikant minskning av stress hos interventionsgruppen. Symtom på ptsd ökade hos kontrollgruppen, i interventions gruppen fanns det ingen signifikant skillnad i ptsd symtom över tid.	Medel