



SAHLGRENKA AKADEMIN
INSTITUTIONEN FÖR NEUROVETENSKAP
OCH FYSIOLOGI
ARBETSTERAPI

ARBETSTERAPEUTERS ERFARENHETER AV HUR TIDIGA INSATSER FRÄMJAR SOCIAL DELAKTIGHET OCH AKTIVITET FÖR UNGA VUXNA MED PSYKOSSJUKDOM

- En kvalitativ intervjustudie

Meriam Touam
Zeinab Ibrahim

Examensarbete:	15 hp
Program:	Arbets terapeutprogrammet
Kurs:	ARB341 Självständigt arbete i arbetsterapi (examensarbete)
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	VT 2022
Handledare:	Kristin Lork, Leg arbetsterapeut, M. Sc. doktorand
Examinator:	Jenny Elisabeth Hultqvist, Leg arbetsterapeut, docent

Sammanfattning

Examensarbete:	15 hp
Program:	Arbetsterapeutprogrammet 180 hp
Kurs:	ARB341 Självständigt arbete i arbetsterapi (examensarbete)
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	VT 2022
Handledare:	Kristin Lork, Leg arbetsterapeut, M. Sc. doktorand
Examinator:	Jenny Elisabeth Hultqvist, Leg arbetsterapeut, docent
Sökord:	Arbetsterapi, tidiga insatser, unga vuxna, social delaktighet, aktivitet, psykossjukdom

Bakgrund	Arbetsterapeutens roll är viktig för att möjliggöra aktivitet och social delaktighet genom att uppmuntra personer med psykossjukdom att upprätthålla tidigare aktiviteter och hitta nya intressen. Arbetsterapeuten undersöker tillsammans med personen de samhällsresurser som finns och som bidrar till aktivitet för att möjliggöra aktivitet och delaktighet i samhället efter behandling. Det finns ett behov av att tillämpa tidiga insatser för unga vuxna med psykos, för att förhindra utveckling av symtom i senare ålder. Tidigare insatser reducerar risken att förlora sitt sociala sammanhang och sin roll i samhället.
Syfte	Syftet är att belysa arbetsterapeuters erfarenheter av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykossjukdom.
Metod	Studiens gjordes genom en kvalitativ metod med induktiv ansats. Semistrukturerade intervjuer genomfördes med sex yrkesverksamma arbetsterapeuter med erfarenhet av unga vuxna mellan 18–30 år med psykossjukdom. Data analyserades med kvalitativ innehållsanalys.
Resultat	Ur analysen framkom följande tre kategorier som beskrev deltagarnas erfarenheter av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykossjukdom. “Aktiv vardag”, “Finna gemenskap trots utanförskap” och “Ökade möjligheter till att delta i arbetslivet”.
Slutsats	Studiens resultat visar på att ha en aktiv vardag i någon form av meningsfull aktivitet är en förutsättning för att unga vuxna med psykossjukdom ska kunna fullfölja rutiner och klara av att ha en fungerande vardag. Det finns ett behov av att delta i sociala sammanhang med personer i liknande situation eftersom det kunde möjliggöra gemenskap trots stigmatiseringen kring psykossjukdom och upplevelse av utanförskap. Genom att befinna sig på en arbetsplats för att träna på att bibehålla eller utveckla sina förmågor kunde den sociala interaktionen komma naturligt.

Abstract

Thesis:	15 hp
Program:	Occupational Therapy program 180 hp
Course:	ARB341 Bachelor thesis in Occupational therapy
Level:	First Cycle
Semester/year:	ST 2022
Supervisor:	Kristin Lork, Reg. Occupational therapist, M. Sc. doktorand
Examiner:	Jenny Elisabeth Hultqvist, Reg. Occupational therapist, docent
Keyword:	Occupational therapy, early intervention, social participation, activity, young adults, psychosis

Background	The role of the occupational therapist is important to enable activity and social participation by encouraging people with mental illness to maintain previous jobs and find new interests. The occupational therapist examines together with the person the existing social resources that contribute to activity to enable activity and participation in society after treatment. There is a need to apply early intervention for young adults with psychosis, to prevent the development of symptoms at a later age. Early interventions reduce the risk of losing their social context and their role in society.
Aim	The purpose is to shed light on occupational therapists' experiences of how early interventions promote social participation and activity for young adults with psychosis.
Method	A qualitative method with an inductive approach was used. Semi-structured interviews were conducted with six professional occupational therapists with experience of young adults between 18-30 years with psychosis. Data were analyzed with qualitative content analysis.
Result:	The outcome from the analysis revealed the following three categories that describe the participants experiences of how early interventions promote social participation and activity for young adults with psychosis. "Daily activity", "Finding community despite exclusion" and "Increased opportunities to participate in work-life".
Conclusion	The results of the study show that having an active everyday life in some form of meaningful activity is a prerequisite for young adults with psychosis to complete routines and be able to have a functioning everyday life. There is a need to participate in social contexts among people with similar situations as it could enable community despite the stigma surrounding psychosis and the experience of exclusion. Being in a workplace to train to maintain or develop their abilities, the social interaction could come naturally.

Innehållsförteckning

Bakgrund	1
Syfte	3
Metod	3
Procedur	3
Datainsamling	4
Databearbetning	4
Etiska övervägande	5
Resultat	6
Diskussion	10
Resultatdiskussion	10
Metoddiskussion	11
Slutsats	13
Referenser	13

Bakgrund

En psykos är en sjukdom som innebär att verkligheten uppfattas annorlunda och personen har svårt till att skilja på verklighet och fantasi (1). Varje år insjuknar ca 1500–2000 personer i en psykosjukdom i Sverige. Sjukdomen debuterar tidigt i vuxen ålder mellan 18–30 år (2). En psykos kan debutera plötsligt eller utvecklas gradvis under lång tid (1). Psykotiska störningar innefattar bland annat schizofreni, schizoaffektivt syndrom och affektiva psykoser såsom bipolära, depressiva störningar med psykos. Vanliga symtom är vanföreställningar, hallucinationer och desorganisering av tankar och beteende, såväl som försämrat känslomässigt uttryck som, låg vilja och motivation och försämrad social interaktion (1). Personer som lider av psykos kan möta svårigheter i vardagssituationer på grund av nedsatt tidshantering och organisationsförmåga. Det förekommer svårigheter med social samvaro, social ångest, att skapa och bibehålla relationer samt delaktighet i socialt liv (3).

Enligt en tidigare studie har unga personer med en psykisk sjukdom stött på hinder såsom att få en anställning (4). De har svårigheter med kommunikation, skapa sociala relationer och att ta eget initiativ inom arbetsmarknaden. Det har påverkat arbetsförmågan och attraktionen på arbetsmarknaden vilket leder till utmaningar att få och behålla en anställning (4). Därefter har det utförts ytterligare studier med syfte att få en förståelse för vilken typ av nivå och insats som skulle kunna hjälpa de unga ut i arbetsmarknaden (5). För personer med psykosjukdom kan det vara svårt att behålla sin verklighetsuppfattning och självbild vilket leder till att det blir svårt att hantera krav som vardagliga aktiviteter kan ställa, vilket innebär en risk för nedsatt aktivitetsförmåga (6). Det innebär att de som inte får tidig behandling för sin psykos kan möta svårigheter i sitt liv. Det finns ett behov av att tillämpa tidiga insatser för unga personer, för att förhindra utveckling av symtom i senare ålder. Tidigare insatser reducerar risken att förlora sitt sociala sammanhang och sin roll i samhället (5).

Inom arbetsterapi är aktivitet och delaktighet centrala begrepp som fokuserar på personens självständighet i sin vardag (7). Personen ska kunna utföra aktiviteter beroende på förmågor och färdigheter personen har i samspel med miljön. Inom den miljön personen utför aktiviteter kan det definieras fysiska, sociala, kulturella, ekonomiska och politiska särdrag som påverkar individens aktivitetsliv (8). Model of Human Occupation (MOHO) (8) fokuserar sin teori på aktivitet och aktivitetsproblem som kan komma uppstå till följd av en funktionsnedsättning. Modellen innefattar de centrala begreppen viljekraft, vanebildning och utförandekapacitet. Viljekraften innebär motivation till att klara en aktivitet. Vanebildning handlar om de rutinmässiga mönstren av vardagliga aktiviteter. Utförandekapacitet består av miljömässiga mönster samt fysisk och social påverkan i aktivitetsutförandet. Modellen menar att dessa aspekter påverkar personens möjlighet till aktivitet och delaktighet. Alla dessa tre komponenter ligger till grund för arbetsterapeutisk praxis (8). Personer med psykosjukdom upplever olika svårigheter som påverkar aktivitetsutförandet. Hallucinationer, humörsvängningar och vanföreställningar påverkar personens självkänsla och även de roller personen tidigare haft, vilket kan leda till identitetskris hos personer med psykosjukdom (3). För att underlätta arbetet med personer med psykosjukdomar är MOHO en lämplig modell eftersom den ger en helhetssyn på mänsklig aktivitet och har ett klientcentrerat förhållningssätt (8).

Arbetsterapeuten arbetar för att främja hälsa och ge ett aktivt liv för personen genom delaktighet i samhället. Delaktighet handlar om att personen är en del av en aktivitet, ett sammanhang eller en relation. Det innebär aktiviteter som upplevs meningsfulla för personen,

exempelvis arbete eller studier. Social delaktighet innefattar bland annat samhällsinvolvering och socialt engagemang. Arbetsterapeuten kan stödja personens möjlighet till social delaktighet och i aktivitet genom att se personen som en unik varelse. Varje person har en levnadshistoria med erfarenhet, förmågor och svårigheter (9). Levasseur (10) definierar social delaktighet både som en subjektiv känsla hos personen och som en objektiv tolkning från omgivningen. Det innebär att det kan finnas en skillnad i personens upplevda sociala delaktighet och hur omgivningen uppfattar personen som delaktig (10).

Arbetsterapeuter som arbetar med unga vuxna med psykossjukdom erbjuder insatser som relaterar till att bygga upp rutiner i vardagen för att klara det dagliga livet. Detta görs genom olika bedömningar för att få förståelse av personens tidigare aktiviteter, nuvarande aktiviteter, och vad personens vill göra i framtiden. De olika bedömningarna identifierar hinder och möjligheter hos personen samt vägleder arbetsterapeuten i behandlingsprocessen. Unga vuxna mellan 18–30 år som insjuknar i en psykos är ofta engagerade i arbete och studier. De har, eller håller på att etablera sociala nätverk och deltar i fritidssysselsättningar men det kan dock vara väldigt individuellt eftersom alla mognar på egen takt och har olika behov (11). Arbetsterapeuten har en viktig roll att spela för att möjliggöra aktivitet och socialt engagemang. Brister i sociala färdigheter och aktiviteter är vanligt hos unga personer med psykos, det medför att de ofta är tillbakadragna, passiva och har svårt att skapa relationer. Arbetsterapeutens roll är att uppmuntra personer med psykos att återupprätta tidigare aktiviteter och hitta nya intressen. Arbetsterapeuten undersöker tillsammans med personen de samhällsresurser som finns och som bidrar till aktivitet för att personen ska fortsätta vara aktiv och delaktig i samhället efter behandling (12).

Det finns tidigare forskning där arbetsterapeuter har utvecklat ett program för tidig psykos under namnet Young Occupations Unlimited-program (13) som syftar till att främja hälsa och välbefinnande genom att uppmuntra delaktighet i självvalda aktiviteter. Programmet riktar sig till unga vuxna i åldrarna 18–25 år med psykos som upplever dysfunktion i sina deltaganden i vardagliga aktiviteter (13). Resultatet i denna forskning visar att detta program är en viktig intervention för de unga med psykos och kan möjliggöra återhämtning, hjälper till att uppnå livsroller och reducerar sjukdomens förlopp. Baserat på forskningsresultatet har arbetsterapeuter en viktig roll för unga vuxna med tidig psykos. I ytterligare forskning (14) har ett psykosprogram utvecklats som syftar till att minska återfall av psykoser, kontrollera symtom, stödja anpassning till det dagliga livet och förebygga långvarig funktionsnedsättning. Detta program har fokuserat på att tidigt uppmärksamma behandling av psykos och hur arbetsterapeuten kan möjliggöra aktivitet och sociala delaktighet (14). Unga vuxna som insjuknar i en psykos behöver stöd för att fortsätta att vara aktiva och delaktiga i samhället. Det är därför viktigt att lyfta deras behov av meningsfulla aktiviteter (15). Dessa program är forskningsbaserade internationella studier som belyser arbetsterapeutiska interventioner för att främja aktivitet och social delaktighet för unga vuxna med psykossjukdom. Dock finns det ett kunskapsgap gällande av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykossjukdom utifrån arbetsterapeuters erfarenheter i Sverige, därför är det av intresse att belysa detta.

Syfte

Syftet var att belysa arbetsterapeuters erfarenheter av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykossjukdom.

Metod

Studien genomfördes enligt kvalitativ metod med en induktiv ansats. Att använda ett induktivt förhållningssätt innebar att deltagarnas erfarenhet var utgångspunkten för analysen. En kvalitativ metod valdes då syftet med studien var att ta del av arbetsterapeuters subjektiva upplevelser och erfarenheter genom intervjuer som datainsamlingsmetod (16). Författarnas förförståelse har hanterats genom ett reflexivt förhållningssätt som innefattar kontinuerlig reflektion kring förförståelse och hur det skulle kunna påverka studiens utfall.

Urval

Bekvämlighetsurval har använts för att på ett enkelt sätt identifiera personer som ville delta i studien (17). Inklusionskriterierna för att delta i studien var legitimerade arbetsterapeuter med olika erfarenheter som främst arbetade inom psykiatri med unga vuxna mellan 18–30 år inom Västra Götaland region. Detta för att få en heterogen grupp med olika kunskaper och erfarenheter. Vid kontaktförsöken svarade en del mottagningar att de inte arbetade med unga vuxna. Eftersom ett flertal mottagningar inte svarade valde författarna att utöka studien till hela Sverige. Flera psykiatriska mottagningar inom olika områden kontaktades genom informationsbrev och samtyckesblankett som skickades till tjugotvå verksamhetschefer. Åtta chefer svarade och vidarebefordrade mejl till sina arbetsterapeuter, tolv av de arbetsterapeuterna svarade att de ville delta i studien. Två av arbetsterapeuterna avbokade intervjun och fem svarade inte senare vid planering av intervjun, vilket resulterade till ett bortfall av sju arbetsterapeuter. Författarna stötte på problem med att hitta fler arbetsterapeuter som arbetade med målgruppen unga vuxna. För att nå ut till fler arbetsterapeuter valde författarna att använda sig av Facebookgruppen "*Arbetsterapeuter inom psykiatri*". Två deltagare hörde av sig, varav en ville medverka i studien och den andra bortföll. Totalt deltog sex arbetsterapeuter och åtta bortföll.

Studiens deltagare bestod av sex verksamma arbetsterapeuter mellan 27–55 år som arbetat med målgruppen i 1–29 år. Samtliga arbetade inom psykosmottagningar, psykiatrimottagningar, aktivitetshus och behandlingshem på olika orter.

Procedur

Deltagarna blev kontaktade inför intervjuerna via enhetscheferna med informationsbrev som innehöll studiens syfte, information om sekretess, hantering av data för avidentifiering och samtycke för deltagande i intervjun. Deltagarna skrev under samtycket och det konfirmerades och skickades tillbaka till författarna via mejl. Intervjuerna bokades genom e-post och genomfördes via Zoom. Intervjuerna tog mellan 25–35 minuter. Frågorna som ställdes till deltagarna var formade utifrån studiens syfte med följdfrågor som gav djupare information och förståelse. Båda författarna medverkade i intervjuerna och de inledande intervjuerna delades upp jämnt så mycket så möjligt. Intervjuerna skedde både på arbetstid och på fritid. Intervjuerna spelades in på varsin mobiltelefon och sparades som ljudfil på ett USB-minne

och transkriberades sedan i ett Google-dokument i datorn. Intervjuerna anonymiserades och kommer inte att kunna identifiera någon enskild person. Allt material och alla ljudfiler kommer att förvaras inlåsta på Institutionen för neurovetenskap och fysiologi, arbetsterapi/fysioterapi på Sahlgrenska akademien vid Göteborgs universitet.

Datainsamling

Datainsamlingen genomfördes i form av kvalitativa semistrukturerade intervjuer (16) som undersökte arbetsterapeuters erfarenheter av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykosjukdom. Intervjuerna utfördes med hjälp av en intervjuguide med frågeområden kring arbetsterapeuters erfarenheter av tidiga insatser, social delaktighet och aktivitet samt hur länge de arbetat med unga vuxna. Intervjuguiden bestod av 16 frågor. Ett frågeområde handlade om *“hur ser du på att målgruppen behöver tidiga insatser?”*, *“hur tänker du kring deras sociala delaktighet och aktivitetsutförande i olika sammanhang?”*. Författarna ställde även följdfrågor som exempelvis *“kan du beskriva mer?”*, *“kan du ge exempel?”*, *“hur gör du?”* detta för att få ett välstuerat innehåll och material att analysera.

Databearbetning

Graneheims och Lundmans (18) kvalitativa innehållsanalys har använts som grund för analys av insamlade data. Författarna delade upp transkriberingen av de sex ljudfilerna och intervjuerna transkriberades ordagrant. Transkriberingen resulterade i 71 sidor sammanlagt. Efter transkriberingen lästes texten noggrant och sedan diskuterade författarna tillsammans för att få en helhetssyn av materialet. Författarna gick sedan igenom varje intervju var för sig och markerade meningsbärande enheter. Tillsammans gick författarna igenom de markerade meningsbärande enheterna och valde ut de som svarade mot syftet. Totalt identifierades 107 meningsbärande enheter. De meningsbärande enheterna kondenserades och kodades. Sedan skrevs koderna upp i ett Google-dokument och grupperades efter liknande innebörd. Grupperingarna resulterade i underkategorier och kategorier utifrån likheter och skillnader (se tabell 1).

Tabell 1. Exempel på meningsbärande enheter, kondensering, kod, underkategorier och kategorier.

Meningsenhet	Kondenserad meningsenhet	Kod	Underkategori	Kategori
För de unga... jag tänker att försöka gå ut i någon form av sysselsättning, gå till aktivitetshus eller påbörja någon form utav arbete, inte arbetsträning men	Att gå till aktivitetshus eller påbörja arbete ger möjlighet till sysselsättning.	Någon form av sysselsättning	Rutiner i vardagen	Aktiv vardag

förstadiet till arbetsträning.				
Att ha ett sammanhang, att faktiskt komma ut och både träffa personer i livet i liknande situationer men också träffa andra unga vuxna som inte har dom här svårigheterna att se hur ett liv kan se ut.	Ha ett sammanhang och träffa andra.	Träffas i ett sammanhang	Bryta isolering och tillhöra ett sammanhang	Finna gemenskap trots utanförskap
Det som jag jobbar med nu arbetsrehab, jag tänker att det ger folk [...] det ger personer med psykossjukdom en möjlighet liksom att testa sin förmåga att vara en del av arbetslivet som är ändå en ganska viktig del för social delaktighet.	Arbetsrehab ger personer med psykossjukdom möjlighet att vara en del av arbetslivet som ger social delaktighet.	Arbetsrehab bidrar till social delaktighet	Arbetsrehabilitering	Ökade möjligheter till att delta i arbetslivet

Etiska övervägande

Med hänsyn till deltagarnas integritet och anonymitet fick deltagarna ett informationsbrev som tydligt informerade om studiens innehåll, syfte och information om deras rättighet att avbryta intervjun. En risk som fanns var att svaren under intervjun inte skulle bli så utförliga om deltagarna upplevde att de hade tidsnöd vilket skulle kunna resultera i snabba svar.

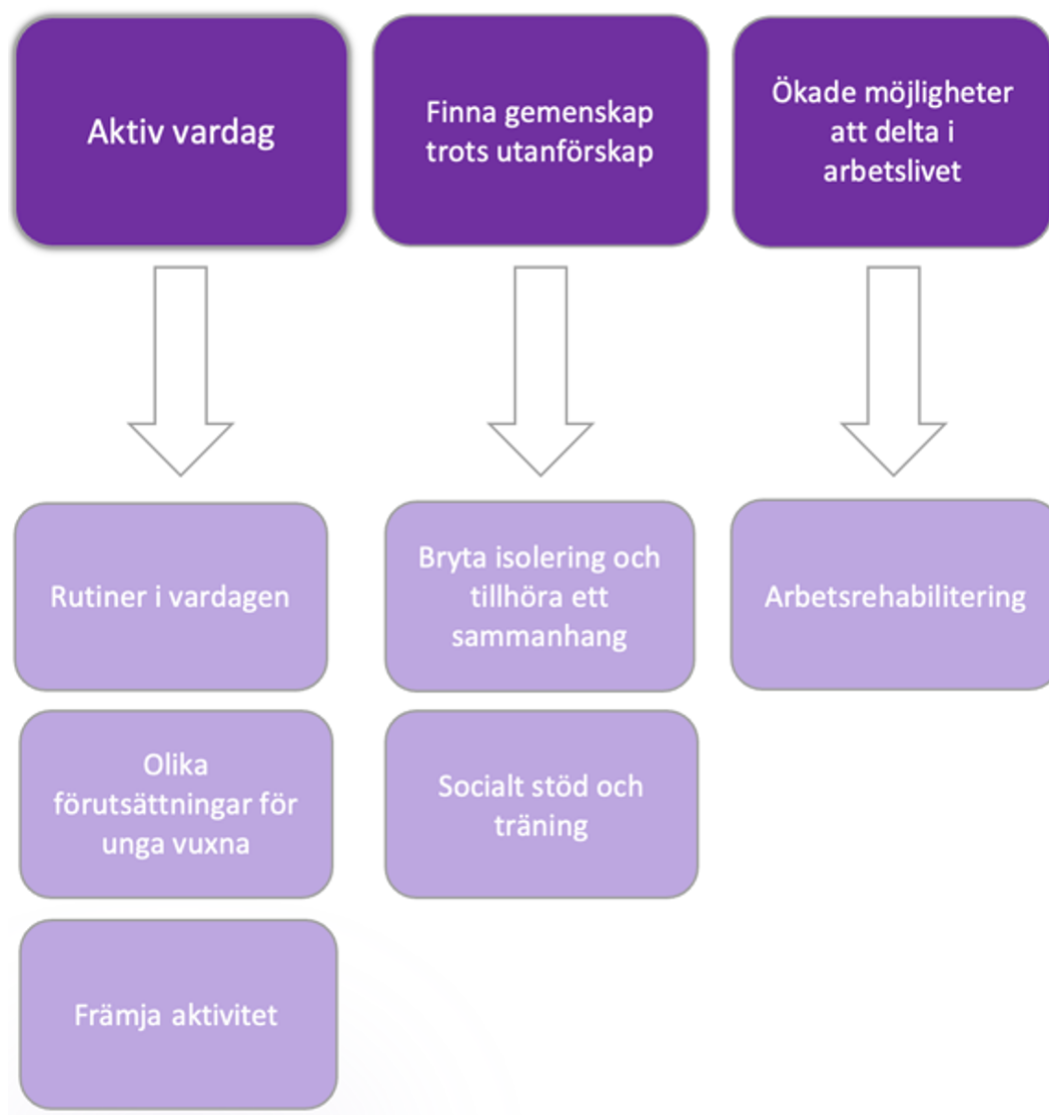
Dessutom fanns risken att personer i omgivningen kunde höra vad som sades vilket kunde påverka deltagarens svar. En annan risk som fanns var att deltagarna skulle kunna komma ifrån ämnet vilket ökade risken att värdefull information kunde missas. Risken kunde hanteras genom att författarna använde en förberedd intervjuguide och ställde passande följdfrågor.

Nyttan bedömdes av författarna överväga riskerna eftersom studien avsåg att öka kunskapen om hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykossjukdom utifrån arbetsterapeutens erfarenheter.

En annan nytta var att arbetsterapeuten skulle kunna identifiera fler insatser att implementera för unga vuxna med psykossjukdom. Studien kunde ses betydelsefull för deltagarna genom att de fick reflektera över erfarenheter utifrån den egna upplevelsen. För deltagarna kunde det vara viktigt att ämnet uppmärksammades.

Resultat

För att belysa arbetsterapeutens erfarenheter av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet har författarna genom analys av den insamlade datan identifierat innehållet till tre kategorier som svarade mot studiens syfte. Dessa tre kategorier var *Aktiv vardag*, *Finna gemenskap trots utanförskap* och *Ökade möjligheter att delta i arbetslivet*. Kategorierna delades upp i sex underkategorier som förtydligade deltagarnas resonemang (se figur 1). Resultatet presenterades i löpande text med citat ur intervjuerna för att illustrera fynden samt för att beskriva yrkesverksamma arbetsterapeuters erfarenheter.



Figur 1. Översikt över kategorier och underkategorier

Aktiv vardag

I denna kategori beskrev deltagarna betydelsen av sysselsättning och hur avgörande det var för hälsan. Att upprätthålla en god hälsa genom någon form av regelbunden sysselsättning var

betydelsefullt. Det var också viktigt att hålla kvar i de tidigare aktiviteterna som personen brukade göra för att inte präglas av sin sjukdom. Det bidrog till en fungerande vardag samt ökade förmågan till att fullfölja rutiner. Att vara aktiv i sin vardag var betydelsefullt oavsett om det handlade om att gå till ett arbete eller göra andra aktiviteter. Deltagarna beskrev att tidiga insatser gav personerna förutsättningar till en fungerande vardag och var avgörande för vad personerna fick för resultat i senare skeden i livet. Kategorin omfattar tre underkategorier: *Rutiner i vardagen, Olika förutsättningar för unga vuxna och Främja aktivitet.*

Rutiner i vardagen

Deltagarna beskrev vikten av rutiner i vardagen, att personer som får stöd tidigt inte blir sittande hemma i flera år. De uppmuntrade personerna till att fortsätta med aktiviteter, återgå till arbete på deltid eller fortsätta gå klart skolan i mindre omfattning. Regelbunden aktivitet skapade en rutin och fick en att vara sysselsatt och aktiv. Deltagarna påtalade att fysisk aktivitet kan vara avgörande för hur personen mår, hur denne tog hand om sin hälsa och att den förbättras. Många personer med psykosjukdom hade en kognitiv funktionsnedsättning som medförde svårigheter som att planera, initiera, organisera och få en struktur på sin vardag. Därför kunde personer med psykosjukdom behöva hjälp med att organisera sin vardag.

Alla människor mår ju i grund och botten bra utav att ha meningsfulla aktiviteter, att ha ett arbete att gå till...eller studier eller vad det nu handlar om, därför att alla typer av rutiner som gör att man kanske kan göra någonting...någon aktivitet att hålla sig aktiv trots att man mår dåligt. - Deltagare 3

Olika förutsättningar för unga vuxna

Deltagarna resonerade att tidiga insatser gav unga vuxna förutsättningar till att kunna utföra aktiviteter med möjliga anpassningar och klara av att ha ett fungerande liv. Vilken typ av anpassningar som gjordes var beroende på vilka resurser som fanns tillgängliga och vilket stöd personerna fick av sin omgivning. Det handlade också om vad som påverkade deras möjligheter, exempelvis vad samhället ställde för krav och i vilket stadium av sjukdomen som personen befann sig i, samt vilket åldersspann det handlade om. Ju tidigare insatser sattes in desto bättre förutsättningar gav det för de unga.

Yngre som har varit ute i samhället och som har precis infallit i sin sjukdom har mer möjligheter och förutsättningar gentemot de som kanske inte har varit ute i samhället på flera år. - Deltagare 6

Främja aktivitet

Deltagarna beskrev att de arbetade utifrån ett aktivitetsperspektiv för att skapa sig en bild av personens situation och individuella behov. Deltagarna ansåg att självkänslan ökade vid utförande av aktiviteter och hade en stor betydelse för hälsan. Det kunde vara att delta i gruppaktiviteter på en mottagning eller aktiviteter som fanns tillgängliga i samhället, exempelvis träna på gym. Deltagarna resonerade kring att det handlade om vilka intressen personen har och att träffa andra som har liknande intressen kunde vara något som främjade aktivitet.

Ja alltså aktivitetsbaserade grupper över huvud taget är ju någonting som...vi som yrkeskategori tycker är väldigt gynnsamt, både där det finns en given aktivitet typ

matlagning men också en mer fri aktivitet där man...kommer för att träna lite på sociala färdigheter men också att ha tider att passa, att hitta ett sammanhang där man är väntad och saknad om man inte deltar och så, där aktiviteten blir mer...men smörjmedlet för att starta konversation. - Deltagare 2

Ett annat sätt att främja aktivitet var genom att skapa hälsosamma vanor och hitta meningsfulla aktiviteter i vardagen som bidrog till personens hälsa.

Finna gemenskap trots utanförskap

I kategorin *Finna gemenskap trots utanförskap* beskrev deltagarna att det handlade om att känna samvaro med andra och finna motivation till att vara en del av ett sammanhang. De menade att unga med psykosjukdom kunde ha ett begränsat nätverk då sjukdomen vanligtvis debuterar i tidig vuxenålder och medför att personen förlorar sitt sociala nätverk. Det var betydelsefullt att personerna fick socialt stöd från omgivningen och kunde träna på att vara i olika sociala sammanhang. Kategorins två underkategorier är: *Bryta isolering och tillhöra ett sammanhang* och *Socialt stöd och träning*.

Bryta isolering och tillhöra ett sammanhang

Enligt deltagarna finns det ett stigma i samhället kring psykosjukdomar som kunde vara en anledning till att personer med psykos inte vågade söka hjälp. De hamnade också utanför samhället på grund av att de till exempel inte hade gått klart gymnasiet eller kunde komma ut i arbete, vilket medförde att personen förlorade sin identitet och roll i samhället, förblev isolerad hemma och utvecklade social ångest. Deltagarna resonerade om de normer som finns i samhället, där andra unga vuxnas sociala kontakter har stabiliserats medan dessa personer hamnar efter och kanske inte hittar ett naturligt sammanhang att vara i.

Det finns ju också ett stigma i samhället kring psykosjukdomar och schizofreni och så att man pratar om det mer så att det inte har ett sånt stigma och kanske också vågar söka hjälp för att man kanske känner på sig att det är någonting som är lite konstigt, men man vågar inte riktigt söka hjälp då. - Deltagare 1

Under intervjuerna resonerade deltagarna kring hur viktigt det var att hitta gemenskap med andra som befinner sig i samma eller liknande situation. Deltagarna menade att det var oerhört viktigt att unga personer fick befinna sig i olika sociala arenor för att finna ett sammanhang där de kunde prata med andra som förstod en del av det de gick igenom. Detta kunde ge en viktig upplevelse av att höra hemma någonstans.

Vi har gjort försök med till exempel Vardag i balans där vi hade målgruppen som var just unga vuxna mellan 18–30, då var det tänkt att de unga vuxna skulle få ett sammanhang och tillsammans prata om de svårigheter som de upplever och hur man kan komma runt det. - Deltagare 2

Socialt stöd och träning

Under intervjuerna förklarade deltagarna att social delaktighet är svårt för personer med psykosjukdom eftersom många inte har varit utanför hemmet på flera år och har utvecklat en

social fobi. Deltagarna beskrev att aktivitet kunde stödja interaktionen med andra, att gå ut på en promenad eller sitta och måla tillsammans med andra underlättade den sociala interaktionen mellan personerna. Det var viktigt att göra aktiviteter som personen mådde bra av och att inte sätta för höga krav på dessa aktiviteter. Det framkom från deltagarna att många personer med psykosjukdom behövde stöttning eller hjälp från sin omgivning med exempelvis aktivitet eller att planera och organisera sin vardag. Det kunde exempelvis vara att någon inom det sociala nätverket som ringde, påminde eller kom och tog med personen ut. Detta främjade hälsa och välbefinnande för personen då det fanns en kontinuitet i kontakten och personen inte behövde möta flera olika människor utan fick stöttning från sitt sociala nätverk. För att komma ut på en arbetsplats behövde personen först träna på att vara i olika sociala sammanhang.

När man är klar med rehabilitering efter några veckor och har träffats en gång i veckan så säger de allra flesta att det bästa med det här var att träffa andra, det var inte behandlaren eller manualen utan det var faktiskt att träffa andra som har liknande erfarenheter och att prata med andra människor som förstår en liten del av vad man går igenom det tänker jag är oerhört viktigt...att skapa olika typer av sociala arenor och försöka uppmuntra speciellt unga patienter och på så sätt ta hand om sin hälsa så att den förbättras. - Deltagare 4

Deltagarna nämnde att personerna upplevde det sociala stödet i gruppbehandlingar som en tillgång för att kunna hantera kravfyllda situationer. Gruppbehandlingarna gav positiva effekter på personernas fysiska, psykiska och sociala välbefinnande.

De aktiviteter vi har som är riktade till unga vuxna, det är motion alltså då är det gym...men under Corona så har vi börjat promenera i stället två dagar i veckan och sen har vi en social grupp där vi bara träffas och sitter här på vår soffa...där vi kan spela spel, kolla film och vi kan göra utflykter på stan. - Deltagare 5

Ökade möjligheter att delta i arbetslivet

I kategorin *Ökade möjligheter att delta i arbetslivet* beskrev deltagarna att tidiga insatser var avgörande för möjligheten till arbete som var en viktig form av aktivitet. Att befinna sig på en arbetsplats och testa sin arbetsförmåga var betydelsefullt för den sociala delaktigheten. Kategorin utmynnar i en underkategori: *Arbetsrehabilitering*.

Arbetsrehabilitering

Deltagarna resonerade om att tidiga insatser med arbetsrehabilitering stöttar personen till att träna, utveckla eller bibehålla sin arbetsförmåga genom någon form av praktik. Att arbetsterapeuten var med på arbetsplatsen och identifierade vilka behov och anpassningar personen behövde för att kunna utföra arbetsuppgifterna möjliggjorde att personen kunde känna sig som en del av arbetslivet och samhället. Deltagarna menade att det var viktigt att insatserna kom in tidigt i behandlingsprocessen.

Det är en jättestor skillnad om du träffar någon i 20 års ålder och du kan lyckas få de i arbete helt eller delvis mot att man ska ha sjukersättning resten av livet, det är en oerhörd samhällskostnad att någon liksom inte kan delta i arbetslivet...så jag tänker

det är avgörande att man får mycket insatser i början, för hur liksom framtiden ska bli. - Deltagare 3

Diskussion

Resultatdiskussion

Föreliggande studie undersökte arbetsterapeuters erfarenheter av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykosjukdom. Resultatet utmynnade i tre kategorier som var; *Aktiv vardag*, *Finna gemenskap trots utanförskap* och *Ökade möjligheter att delta i arbetslivet*. I resultatet framkom hur tidiga insatser är avgörande för unga vuxna med psykosjukdom, att det var viktigt för dem att ha rutiner i vardagen och hur den sociala interaktionen under aktivitet hade en stor betydelse för personen. Resultatet speglar en bredd av olika erfarenheter då deltagarna arbetade i olika verksamheter för målgruppen. Vissa av deltagarna hade mycket erfarenhet och kunskap vilket gav författarna ett varierande perspektiv av hur dessa tidiga insatser främjade social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykosjukdom. Deltagarna resonerade att symtomen hos unga vuxna med psykosjukdom påverkade dessa personers aktivitet och sociala delaktighet i många olika sammanhang. Detta överensstämmer med forskning som visat att det förekommer svårigheter med social samvaro och vardagssysslor hos personer med psykosjukdom (3).

I kategorin *Aktiv vardag* framkom att aktiviteter som en person brukade utföra innan sjukdomen kunde vara betydelsefulla och hjälpa personen att kunna hantera sjukdomen och fortsätta med aktiviteter i sin vardag. Resultatet visade att deltagarna arbetade med individuella anpassningar utifrån personens behov och möjligheter. Detta gjorde deltagarna genom att de lade stor vikt vid utredningar för att kartlägga och hjälpa personen att organisera sin vardag. En viktig del av utredningen var att identifiera personens förmågor till aktivitet och hitta resurser som fanns tillgängliga för att stötta personen i sin vardag. Detta var i linje med den kunskap som finns om att personer med psykosjukdom kan ha svårt att hantera krav som vardagliga aktiviteter kan ställa (6). Deltagarna beskrev att det var betydelsefullt för personerna att träffa andra med liknande intressen då det kunde främja deras aktivitetsutförande. Detta kunde ske i någon form av gruppaktivitet där dessa personer fick möjligheten att interagera med varandra. Deltagarna resonerade om betydelsen av tidiga insatser för personer med psykosjukdom och förklarade de förutsättningar som fanns för personen ifall insatserna förekom tidigt. Detta belyste de möjligheter och förutsättningar personen hade ute i samhället. Forskning visar på att personer som insjuknar i en psykos och fått tidiga insatser fick förbättring inom flera livsdomäner. Dessa områden innefattade bland annat att få en anställning, inkomst och sociala kontakter som ökade delaktigheten i samhället (11).

Deltagarna uttryckte att det fanns ett stigma i samhället kring psykosjukdomar, som kunde vara orsaken till att personer med psykos inte vågade söka hjälp och att de därigenom kunde uppleva utanförskap. Detta utanförskap kunde medföra konsekvenser såsom att personen förlorade sin identitet och tidigare roll i samhället (5). Den negativa föreställningen och synsättet om psykosjukdomar som samhällets stigmatisering kunde medföra gjorde att dessa personer hamnade efter och förlorade känslan av sammanhang och förblev isolerade i hemmet i flera år. Deltagarna beskrev vikten av att unga personer med psykos får möjligheten att

känna ett sammanhang och gemenskap med andra personer som befinner sig i en liknande situation. Genom att erbjuda olika aktiviteter i grupp kunde deltagarna möjliggöra social delaktighet för personerna. MOHO (8) definierar miljön som de fysiska, sociala, kulturella, ekonomiska och politiska särdragen som kan hindra eller möjliggöra aktivitet. Modellen lägger stort fokus på motivation, livsstil, kapacitet, social och fysisk miljö och hur dessa påverkar personens möjlighet till aktivitet och delaktighet. I det terapeutiska resonemanget ingår det att skapa en uppfattning av personens situation och definiera förändringar i personens aktivitet. Aktiviteten blir betydelsefull då personen värderar aktiviteten och lyckas utföra aktiviteter i den specifika miljön (8). I föreliggande studie resonerade deltagarna kring personens sociala nätverk och miljö och hur det var avgörande till att få stöd för att reducera social fobi och träna på den sociala förmågan. Stödet från den sociala miljön var viktigt för att främja personens hälsa och välbefinnande.

I resultatet framkom att arbetsrehabilitering var en viktig faktor för personer med psykossjukdom, specifikt för unga vuxna, för att utveckla eller bibehålla sina arbetsförmågan genom att vara på en arbetsplats. Deltagarna påtalade vikten av att stötta personen till någon form av praktik. Arbetsrehabilitering kunde öka personens upplevelse av att vara en del av samhället och arbetslivet. En forskningsstudie (4) beskrev att unga vuxna med en psykisk sjukdom påträffade svårigheter som kunde handla om att få en anställning (4). Svårigheterna kunde bero på problem med initiativförmåga, kommunikation och att skapa sociala relationer (1,3). De arbetsrehabiliterande insatserna som deltagarna i föreliggande studie erbjöd var ett sätt att förbättra den sociala förmågan hos personerna med psykossjukdom. Deltagarna resonerade kring att det fanns en skillnad bland personer som fått arbetsrehabilitering mot personer som inte fått dessa insatser i början av sjukdomen. Deltagarna menade att arbetsrehabiliterande insatser ska genomföras tidigt för att kunna motverka de svårigheter som en psykossjukdom kan medföra och stärka personens motivation, rutiner och roller. Detta överensstämmer med MOHO:s (8) syn att en persons vilja, motivation, rutiner och roller kan bidra till att övervinna hinder i miljön som påverkar arbetsförmågan.

Författarnas förhoppning var att studien kunde öka kunskapen kring arbetsterapeuters erfarenheter och få förståelse för de tidiga insatser som riktas till unga vuxna med psykossjukdom. Studien vill också inspirera till fortsatt forskning om tidiga insatser för att främja social delaktighet och aktivitet för denna grupp. Nyttan med studien var dessutom ett ökat kunskapsläge kring psykossjukdom och hur arbetsterapi kan vara till hjälp för denna målgrupp.

Metoddiskussion

Studien baseras på en kvalitativ metod med induktiv ansats (16). Intervjustudien ansågs vara lämplig då utgångspunkten grundar sig i deltagarnas praktiska erfarenhet. En induktiv ansats valdes då denna metod motsvarar studiens syfte, författarna ville utgå från deltagarnas egna erfarenheter snarare än att utgå ifrån en deduktiv ansats som bygger på vetenskaplig teori (16). Utifrån intervjuerna framkom det olika upplevelser av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykossjukdom. Urvalet gjordes utifrån de tidsramar som examensarbetet innebar och därmed valdes först ett enkelt tillvägagångssätt genom bekvämlighetsurval för att på bästa sätt ta emot deltagare som ville delta i studien. Författarna skickade ut informationsbrev till arbetsterapeuternas verksamhetschefer. Fem av åtta arbetsterapeuter svarade att de ville medverka i studien. När författarna inte fick

tillräckligt med deltagare bestämde de sig för att skriva i Facebook-gruppen "*Arbetsterapeuter inom psykiatri*" för att försöka rekrytera fler deltagare. Två deltagare hörde av sig, varav en ville medverka i studien och den andra bortföll. Totalt medverkade sex deltagare. Alla intervjuer genomfördes via Zoom. Digitala intervjuer var både en styrka och svaghet. En styrka var att författarna kunnat intervjuas deltagare i hela Sverige inom olika verksamheter, vilket gav en variation i deltagarnas erfarenheter och perspektiv. Detta gav i sin tur en större variation i datamaterialet och ett bättre underlag för analysen. En svaghet var att författarna upplevde det svårt att intervjuas deltagare via digital plattform eftersom de aldrig genomfört intervjuer tidigare och upplevde att fysiska intervjuer hade varit lättare att genomföra. Författarna reflekterade om fysiska intervjuer hade kunnat ge en djupare förståelse för deltagaren eftersom författarna hade kunnat uppmärksamma kroppsspråk som kan berika den muntliga kommunikationen. En av deltagarna var stressad under intervjun eftersom intervjun skedde mitt under arbetsdagen, och deltagaren nämnde i början av intervjun att det fanns ett patientbesök efter vilket kan ha påverkat deltagarens svar.

Urvalet hjälpte författarna att få variation och rikare beskrivningar utifrån deltagarnas olika arbetsplatser, hur länge de arbetat med unga vuxna samt hur länge de varit yrkessamma arbetsterapeuter. De inkluderade intervjuerna gav värdefull information för att belysa studiens syfte. Eftersom studiens syfte var att belysa arbetsterapeuters erfarenheter av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykossjukdom, valde författarna att inte specificera eller lägga någon vikt i deltagarnas könsidentitet. Sex deltagare deltog i studien vilket ansågs vara ett rimligt antal med tanke på tiden för studien, dock skulle författarna önskat få fler deltagare för att stärka resultatet. Författarna diskuterade om mättnad uppnått då studien överförbarhet bedömdes som låg på grund av lågt antal deltagare samt oklar mättnad i data (16). Vidare har författarna reflekterat kring hur dataanalysen kunnat bli rikare om de skickade intervjufrågorna i förväg till deltagarna. Författarna diskuterade att de kunde utvecklat intervjufrågorna mer eller använt fler följdfrågor för att belysa syftet på ett bättre sätt. De hade även kunnat genomföra en pilotintervju med en deltagare, vilket inte gjordes på grund av tidsbrist. Det hade kunnat vara bra övning för författarna då det hade underlättat genomförandet av intervjuerna och ökat beredskapen på att ställa beskrivande frågor. Detta hade kunnat öka studiens giltighet (16).

Författarna analyserade insamlade data utifrån Graneheim och Lundmans innehållsanalys (18). Författarna har tillsammans följt stegen i analysen för att få fram en innehållsrik tolkning. Under hela arbetes gång har författarna reflekterat och diskuterat kring sin förförståelse vilket kan anses öka tillförlitligheten. Förförståelse fanns i form av författarnas tidigare utbildning som sjuksköterska, arbete som fritidspedagog med barn och ungdomar med psykiska/neuropsykiatriska diagnoser samt vårdbiträde inom hemtjänst. Författarna har även fått förförståelse genom praktik inom psykiatri, psykos mottagning, aktivitetshus och kontakter inom vården. Genom att beskriva tidigare erfarenheter och vara medveten om sin förförståelse ökade studiens giltighet (18). Författarna transkriberade varsin intervju och diskuterade sedan sina helhetsintryck av intervjuerna tillsammans. Därefter gick författarna igenom intervjuerna och markerade meningsbärande enheter som svarade på studiens syfte och genomförde resterande analys tillsammans för att stärka tillförligheten. Författarna valde att ta med citat från deltagarna för att stärka giltigheten och trovärdigheten i studiens resultat. Författarna identifierade inte något tema, detta hade kunnat ge en mer latent nivå av analysen, det vill säga det implicita budskapet. Författarna har analyserat datan på den explicita nivån vilket innebär att innehållet är manifest och handlar om uttryck på en beskrivande nivå i form av kategorier (18).

Slutsats

Denna studie beskriver arbetsterapeuternas erfarenheter och upplevelser av hur tidiga insatser främjar social delaktighet och aktivitet för unga vuxna med psykossjukdom. Resultatet visar att en aktiv vardag med någon form av meningsfull aktivitet är en förutsättning för att unga vuxna med psykossjukdom skall klara av rutiner och ha en fungerande vardag. Att delta i sociala sammanhang med personer i liknande situation var något som kunde möjliggöra gemenskap trots stigmatiseringen kring psykossjukdom och upplevelsen av utanförskap. Genom att befinna sig på en arbetsplats för att träna på att bibehålla eller utveckla sina förmågor kunde den sociala interaktionen komma naturligt. En möjlighet för vidare forskning skulle kunna vara att undersöka de unga vuxnas perspektiv på hur tidiga insatser har påverkat dem. Författarna tycker att denna målgrupp bör uppmärksammas mer och behöver involveras i olika projekt för att stärka deras sociala delaktighet på deras egna villkor.

Referenser

1. Allgulander C. Klinisk psykiatri. Fjärde upplagan. Lund: Studentlitteratur; 2019.

2. Socialstyrelsen. Nationella riktlinjer för vård och stöd vid schizofreni och schizofreniliknande tillstånd [Internet] 2018 [citerad: 2022-05-05] Hämtad från: <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2018-9-6.pdf>
3. Socialstyrelsen. Psykotiska syndrom [Internet]. Socialstyrelsen; 2017 [uppdaterad 2017-01-30; citerad 2022-15-03] Hämtad från: <https://roi.socialstyrelsen.se/fmb/psykotiska-syndrom/525>
4. Basset J, Lloyd C, Basset H. Work Issues for Young People with Psychosis: Barriers to Employment. *Br J Occup Ther.* 2001;64(2):66-72. doi:[10.1177/030802260106400203](https://doi.org/10.1177/030802260106400203)
5. Hansen H, Stige SH, Davidson L, Moltu C, Veseth M. How Do People Experience Early Intervention Services for Psychosis? A Meta-Synthesis. *Qual Health Res.* 2018;28(2):259-272. doi:[10.1177/1049732317735080](https://doi.org/10.1177/1049732317735080).
6. Cullberg J, Scott M, Strålin P. Att insjukna i psykos: förlopp, behandling, återhämtning. Första utgåvan. Stockholm: Natur & Kultur; 2020.
7. Erlandsson L-K, Persson D. ValMo-modellen. Ett redskap för aktivitetsbaserad arbetsterapi. Lund: Studentlitteratur; 2014.
8. Kielhofner G, Taylor RR. Model of Human Occupation. Teori och tillämpning. Andra upplagan. Lund: Studentlitteratur; 2020.
9. Eklund M, Gunnarsson B, Hultqvist J, editors. Aktivitet & relation: mål och medel inom psykosocial rehabilitering. Andra upplagan. Lund: Studentlitteratur; 2020.
10. Levasseur M, Richard L, Gauvin L, Raymond E. Inventory and analysis of definitions of social participation found in the aging literature: proposed taxonomy of social activities. *Soc Sci Med.* 2010;71(12):2141-2149. doi:[10.1016/j.socscimed.2010.09.04](https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.09.04).
11. Lloyd, C, Waghorn G, Williams P, Harris M, Capra C. Early psychosis: Treatment issues and the role of occupational therapy. *Br J Occup Ther.* 2008;71: 297-304. doi:[10.1177/030802260807100708](https://doi.org/10.1177/030802260807100708)
12. Poon MY, Siu AM, Ming SY. Outcome analysis of occupational therapy programme for persons with early psychosis. *Work.* 2010;37(1):65-70. doi:[10.3233/WOR-2010-1057](https://doi.org/10.3233/WOR-2010-1057)
13. Parlato L, Lloyd C, Bassett J. Young Occupations Unlimited: An early intervention programme for young people with psychosis. *Br J Occup Ther.* 1999;62(3):113-116. doi:[10.1177/030802269906200306](https://doi.org/10.1177/030802269906200306)
14. Krupa T, Woodside H, Pocock K. Activity and social participation in the period following a first episode of psychosis and implications for occupational therapy. *Br J Occup Ther.* 2010;73(1):13-20. doi:[10.4276/030802210X12629548272628](https://doi.org/10.4276/030802210X12629548272628)

15. Lloyd, Chris & Bassett, Jo. Life is for living: A pre-vocational programme for young people with psychosis. *Aust Occup Ther J.* 2010;44. 82-87. doi.org/10.1111/j.1440-1630.1997.tb00758.x
16. Henricson M. *Vetenskaplig Teori och Metod. Från Idé till Examination inom omvårdnad.* Lund: Studentlitteratur; 2017.
17. Bryman A. *Samhällsvetenskapliga metoder 2 uppl.* Malmö: Liber; 2011.
18. Lundman B, Hällgren Graneheim U. *Kvalitativ innehållsanalys. I: Granskär M, Höglund-Nielsen B, redaktörer. Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård. 3. uppl.* Lund: Studentlitteratur; 2017.