



# Unga vuxnas behov av stöd i arbetssökningsprocessen

Daniela Holmlund

Förnamn Efternamn

Examensarbete

Ergoterapi

2017

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Ergoterapi
Identifikationsnummer:	
Författare:	Daniela Holmlund
Arbetets namn:	Unga vuxnas behov av stöd i arbetsökningsprocessen
Handledare (Arcada):	Marina Arell-Sundberg
Uppdragsgivare:	PAD-Positive Attitude Development
<p>Syfte med detta arbete är att undersöka vilket stöd unga vuxna med mental ohälsa upplever att de behöver inom ramen för arbetsökningsprocessen. Mental ohälsa har blivit vanligare med åren i Finland och är en av de vanligaste orsakerna för sjukpension i åldern 18-34 år. För tillfället har arbetslösheten också vuxit på grund av den nuvarande ekonomin. Enligt forskning är arbetslösheten större hos unga vuxna än den äldre populationen och unga vuxna hör också till gruppen som söker minst hjälp inom mentalvården fast det är ett stort problem hos den åldersgruppen. Som ergoterapeuter har vi möjlighet att hjälpa möjliggöra meningsfulla aktiviteter och understöda hälsan och välmående. Som examensarbetets referensram användes den praxismodellen PEOP (person-environment-occupation-performance). Genom den granskades arbete och olika behov för arbetsökningsprocessen. Examensarbetet är en kvalitativ studie. Som datainsamlingsmetod användes en semistrukturerad intervju. Fyra (4) unga vuxna deltog. Det insamlade materialet analyserades med en induktiv innehållsanalys. Resultatet presenteras utifrån fem (5) huvudkategorier och sedan mera ingående i sju (7) subkategorier. Resultatet visar att under arbetsökningsprocessen behöver unga med mental ohälsa både mentalt och konkret stöd och information gällande arbete och studier. Dessa stödinsatser kunde komma t.ex via ungdomsarbete, psykiatriska polikliniker och olika anstalter där man hjälper unga vuxna att bli anställda.</p>	
	Ergoterapi, ungdomsarbetslöshet, arbetslöshet, mental ohälsa, aktivitetsutförande, stöd
Sidantal:	40
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Occupational therapy
Identification number:	
Author:	Daniela Holmlund
Title:	Young adults need of support during the job application process
Supervisor (Arcada):	Marina Arell-Sundberg
Commissioned by:	PAD-Positive Attitude Development
<p>Abstract:</p> <p>The purpose of this thesis is to discern what kind of support young adults with mental challenges feel they need during their job application process. Mental health problems have increased during the past years in Finland and mental health issues are among the most common reasons for disability pension in the 18-34 year age bracket. The challenging economic situation has also contributed to the unemployment rate of today. Studies show that unemployment is more common among young adults than with the older population. Young adults are also less likely to seek help to their mental health issues than any other age bracket even though mental health problems are a significant issue within that group. As occupational therapists we have an opportunity to enable meaningful activities and support health and well-being. The frame of this thesis is the PEOP-model (person-environment- occupation-performance). Said model was used to examine the employment and different support options. The empirical research of this thesis was conducted via qualitative research. Data was collected using a semi structured interview. Four (4) young adults participated. The gathered content analyzed using an inductive content analysis. The results are shown in five (5) main categories and with further details in following seven (7) subcategories. The findings show that young adults with mental health problems need mental and concrete support during the time they are searching for work. Information in terms of work and studies is also required. The support could be offered from youth work, psychiatric clinics and other facilities that help young adults to get employed.</p>	
Keywords:	Occupational therapy, youth unemployment,unemployment, mental problems,occupational performance,support
Number of pages:	40
Language:	Swedish
Date of acceptance:	

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Toimintaterapia
Tunnistenumero:	
Tekijä:	Daniela Holmlund
Työn nimi:	Nuorten aikuisten avun tarve työnhakuprosessissa
Työn ohjaaja (Arcada):	Marina Arell-Sundberg
Toimeksiantaja:	PAD-Positive Attitude Development
<p>Tämän opinnäytetyön tarkoitus on tutkia minkälaista tukea nuoret aikuiset joilla on mielenterveysongelmia, kokevat että he tarvitsevat työnhakuprosessin aikana. Mielenterveysongelmat ovat kasvaneet vuosien mittaan Suomessa, ja ovat yksi tavallisimmista syistä jäädä sairauseläkkeelle 18-34 vuoden iässä. Huono taloustilanne on myös vaikuttanut tämän hetken työttömyyteen. Tutkimusten mukaan, työttömyys on yleisempää nuorten aikuisten, kuin vanhemman väestön kohdalla. Nuoret aikuiset kuuluvat myös ryhmään jotka hakevat vähiten apua mielenterveysongelmiin, vaikka ongelmat ovat yleisiä juuri nuorilla. Toimintaterapeutteina me voimme auttaa mahdollistamaan mielekästä toimintaa, sekä tukea terveyttä ja hyvinvointia. Opinnäytetyön viitekehystenä käytettiin PEOP (person-environment-occupation-performance) mallia. Sen avulla työtä ja eri tukikeinoja tarkasteltiin. Materiaali kerättiin puolistrukturoiduilla haastatteluilla. Neljä (4) nuorta aikuista osallistui. Kerättyä materiaalia on analysoitu induktiivisesti. Opinnäytetyön löydökset esitellään viiden (5) eri pääkategorian mukaan, jonka jälkeen vielä perusteellisemmin seitsemässä (7) alakategoriassa. Löydösten perusteella työnhakuprosessin aikana nuoret aikuiset joilla on mielenterveysongelmia, tarvitsevat henkistä ja konkreettista tukea sekä informaatiota työhön ja opiskeluihin liittyen. Tuki voisi tulla esimerkiksi nuorisotyön tai psykiatristen poliklinikoiden kautta sekä eri toimitilojen kautta jotka auttavat nuoria työllistymään.</p>	
Avainsanat:	Toimintaterapia, nuorten työttömyys, työttömyys, mielenterveysongelmat, toiminnallinen suoriutuminen, tuki
Sivumäärä:	40
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	

## INNEHÅLL / CONTENTS

<b>1</b>	<b>Inledning.....</b>	<b>7</b>
<b>2</b>	<b>Bakgrund.....</b>	<b>8</b>
2.1	Mental hälsa.....	8
2.2	Unga vuxna.....	9
2.3	Ungdomsgaranti.....	9
2.4	Arbetsökningsprocessen.....	10
2.5	Rättigheter och skyldigheter som arbetsökande.....	10
2.6	Ungas utmaningar vid arbetsprocessen.....	11
<b>3</b>	<b>Tidigare forskning .....</b>	<b>11</b>
3.1	Unga vuxna och arbetslöshet.....	11
3.2	Problem vid arbetsökningen.....	12
3.3	Mental ohälsa och arbete.....	13
3.4	Stöd vid arbetsprocessen.....	13
<b>4</b>	<b>Syfte och frågeställningar.....</b>	<b>14</b>
<b>5</b>	<b>Referensram.....</b>	<b>14</b>
5.1	Person.....	14
5.2	Omgivning.....	15
5.3	Aktivitet.....	16
5.4	Aktivitetsutförande.....	17
<b>6</b>	<b>Metod.....</b>	<b>17</b>
6.1	Urval.....	18
6.2	Insamling av material.....	18
6.3	Analys av intervjumaterialet.....	19
6.4	Etiska reflektioner.....	21
<b>7</b>	<b>Arbetets resultatredovisning.....</b>	<b>23</b>

7.1 Delaktighet.....	23
7.1.1 Att vara betydelsefull.....	23
7.1.2 Att inte tillhöra någonstans.....	24
7.2 Behovet av stöd under arbetsökningen.....	25
7.2.1 Mentala stödet.....	25
7.2.2 Behov av stöd och hjälp.....	26
7.3 Erfarenheter om arbetsökningen.....	27
7.3.1 Upplevelser om tillgänglig information.....	27
7.4 Utmaningar med arbetsökningen.....	28
7.4.1 Utmaningar med att bli anställd.....	29
7.4.2 Utmaningar med att söka arbete.....	30
<b>8 Resultatdiskussion.....</b>	<b>31</b>
8.1 Diskussion av resultat i förhållande till frågeställningarna.....	31
8.2 Diskussion av resultat i förhållande till den teoretiska referensram.....	31
8.3 Diskussion av resultat i förhållande till bakgrund.....	34
<b>9 Metoddiskussion.....</b>	<b>34</b>
9.1 Urval.....	35
9.2 Insamling av material.....	35
9.3 Intervjuanalys.....	36
9.4 Arbetets trovärdighet, tillförlitlighet och generaliserbarhet.....	36
<b>10 Rekommendation för praxis.....</b>	<b>37</b>
<b>11 Vidare forskning.....</b>	<b>38</b>
<b>Källor.....</b>	<b>39</b>
<b>Bilagor.....</b>	<b>42</b>

## TABELLER

<b>Tabell 6.1 Tabell över innehållsanalys.....</b>	<b>46</b>
--	-----------

## 1 INLEDNING

Mental ohälsa har under åren blivit vanligt i Finland.

År 2013 blev ca 4000 unga vuxna sjukpensionerade p.g.a. en mental störning. Flesta av dessa personer har redan insjuknat vid barndomen. (Repo 2015)

Mitt arbete är en inblick på hur unga vuxna kunde få stöd av de professionella under arbetssökningsprocessen och hurdana upplevelser de har haft då de har sökt arbete. Att vara en ung arbetssökande är inte lätt och med mental ohälsa i bakgrunden kan steget till arbetslivet och processen före det vara väldigt krävande.

Som ergoterapeuter har vi möjlighet att hjälpa möjliggöra meningsfulla aktiviteter och understöda hälsan. En människogrupp som oftast har svårigheter med att hitta dessa aktiviteter är arbetslösa. När man jämför arbetslösa personer med den allmänna populationen så rapporterar de en sämre allmän hälsa, de använder mera hälsovårdstjänster, har flera kroniska sjukdomar och har högre blodtryck. Unga vuxna är en speciellt viktig grupp då deras svårigheter med att få arbete kan leda till en längre period med hälsoproblem. (Scanlan et al 2011) Därför blir det viktigt inom ergoterapin att fokusera på mera meningsfulla tidsanvändningsrutiner. Vi bör också stöda unga för att utföra mera meningsfulla aktiviteter och hjälpa möjliggöra produktivitet då detta stöder den ungas mentala hälsa och kan ge en känsla av mening till fritiden. För att kunna möjliggöra detta måste ergoterapeuter fokusera sig på relevant bedömning och klar målsättning samt meningsfulla interventioner för att hjälpa unga med att uppnå en känsla av meningsfullhet. (Scanlan et al 2011)

Arbetets resultat kan hjälpa professionella som jobbar med unga arbetslösa att fokusera sig på olika stödmekanismer under arbetssökningsprocessen och erbjuda information gällande arbete och studier.

Mitt arbete kommer att inkluderas i Positive Attitude Development projektet. Målet med projektet är att förbättra arbetsmöjligheter för unga vuxna med mental ohälsa genom att minska stigmatisering och påverka attityder emot personer med mental ohälsa och deras ställning inom arbetsmarknaden. Projektet finansieras av Central Baltic och

startades år 2015. Samarbetsparters i projektet är Yrkeshögskolan Arcada, Tallinn University, Centralförbundet för mental ohälsa och anhörigorganisationen FinFami. (Pad-project 2017)

## **2 BAKGRUND**

Arbete är en viktig del av social inklusion. Arbetslivet ger individer en chans att bidra till samhället och är en övergång för unga vuxna från barndomen till vuxenlivet. Arbete är en rättighet och bör betraktas som en prioritet inom social-och hälsovården. Arbetslösheten bland unga vuxna är högre än hos den äldre populationen. (Mitchell & Betts 2002) Dessutom är unga vuxna bland den gruppen som söker minst hjälp inom mentalvården fast dessa problem är vanliga hos unga (O'Connor et al. 2014).

Unga vuxna som inte har en studieplats eller kontakt med arbetslivet är en utmaning för rehabiliteringen eftersom de ofta har en sämre framtidsprognos än unga som studerar eller arbetar. T.ex unga vuxna med dubbeldiagnos och missbruk kräver intensiv klinisk vård och interventioner för att ha en möjlighet att komma ut i arbetslivet. (Mattila-Holappa et al 2016)

Ungas arbetslöshet är ett problem både nationellt och internationellt och detta är något vi borde oroa oss över och ta itu med. (Mitchell & Betts 2002)

### **2.1 Mental hälsa**

Enligt WHO's (World health organization) definition är mental hälsa en känsla av välbefinnande där en individ kan fungera enligt sin egna potential, kan hantera stress i vardagen, kan arbeta produktivt och bidra till samhället. (WHO 2014)

Vi har alla en kropp och själ. Det är viktigt att ta hand om båda. Då vi tar hand om vår fysiska hälsa och motionerar, äter hälsosamt och sover tillräckligt bidrar vi samtidigt till vårt psyke. (Mielenterveystalo 2017)

Människans mentala resurser varierar enligt livssituationen och de erfarenheter man har. Den mentala hälsan kan anses som en resurs som bildas igenom hela livet. Det är ett samspel mellan människan och omgivningen. Faktorer som påverkar den mentala hälsan är det sociala stödet som vänner och familj, den fysiska hälsan, omgivningen man



växt upp, olika samhälleliga faktorer som möjligheten att skola sig eller att arbeta samt värden och attityder inom samhället. (Mielenterveysseura 2017)

Mentala hälsan kan anses vara ett resultat av allt inom en persons liv. Saker som stöder mentala hälsan är ett tillräckligt bra självförtroende, en säker uppväxt och resurser för problemlösning. Faktorer som kan belasta den mentala hälsan är t.ex utanförskap, fattigdom och olika kriser inom livet. Om dessa saker orsakar en för stor belastning kan de vara en orsak för mentala problem. Många psykiska symtom är dock förbigående. Den mentala hälsan belastas under livet och vissa saker belastar mera än andra. Att tillfälligt må psykiskt dåligt under svåra livssituationer är normalt. Det är dock viktigt att uppmärksamma illamåendet och se att man får hjälp. (Mielenterveysseura 2017)

Att ta hand om sin mentala hälsa innebär saker som rutiner, gå i skolan eller arbeta, att känna igen sina känslor, att hitta ord för dem och uttrycka dem. Viktigt är också att ta hand om sina sociala relationer, äta regelbundet, sova, motionera och avslappna. Balansen i livet är en stor del som påverkar den mentala hälsan. (Mielenterveystalo 2017)

## **2.2 Unga vuxna**

Vissa psykiatriska sjukdomar kräver ofta en viss genetisk bas. Generna är dock inte det enda som orsakar psykiatriska sjukdomar utan det krävs vissa sociala, biologiska och omgivningsmässiga faktorer för insjuknandet. (Moilanen & Almqvist 2004 s.20)

En ung vuxen som har utvecklat en hel identitet och ett bra självförtroende har lättare att bygga sociala relationer och ägna sig till studier samt arbetslivet. (Moilanen & Almqvist 2004 s.125)

Under utvecklingen till en ung vuxen bildas den egna identiteten och självförtroendet.

Då man uppkommit vuxen ålder förväntas man uppnå ett slags status och en roll. Denna roll förväntas innebära självständighet, kunskap att uttrycka sig själv och göra beslut om sitt eget liv. Därför är det sannolikt att då den unga blir arbetslös och rollen som en produktiv medborgare blir frånvarande så påverkar det stort känslan av självbestämmandet och den egna identiteten. (Mitchell & Betts 2002)

## **2.3 Ungdomsgaranti**

Om du är under 25 år eller 25-29 år och utexaminerad inom 12 månader så erbjuder TE-byrå tjänster eller åtgärder för att underlätta arbetssökningen senast inom tre månader då arbetssökningen inleddes. Tjänsterna innehåller jobb, arbetsprövning, utbildning,

jobbsökarträning, startpeng, lönesubventionerat arbete samt yrkesvals- och karriärplaneringstjänster.

Den unga bör själv också vara aktiv under processen och söka utbildningar på våren som leder till examen, även om man deltar i arbetsprovning eller någon annan liknande service. Om dessa krav inte uppfylls kan den unga hamna ut för sanktioner. (TE-tjänster 2016)

## **2.4 Arbetsökningsprocessen**

Då man blir arbetslös bör man anmäla sig till TE-byrån och genast inleda arbetsökningen. Man skall också anmäla sig efter en slutförd arbetskraftsutbildning eller efter en lönesubvention. Då man har anmält sig som arbetslös och börjat söka jobb så innebär det 7 dagars självrisk och efter det betalas arbetslöshetsförmånen. Lättast är det att söka jobb på webben men om man inte har tillgång till dator eller nätbankskoder så går det att kontakta arbetsbyrån och söka arbete via dem. TE-byrån lämnar också erbjudanden för lämpliga arbetsplatser.

TE-byrån bedömer den sökandes situation och bedömer behovet av hjälp med arbetsökningen. Om de anser att man behöver stöd så blir man inkallad på intervju inom två veckor. (TE-tjänster 2016)

## **2.5 Rättigheter och skyldigheter som arbetssökande**

Då man har anmält sig som arbetssökande har man rätt till arbets- och näringstjänster inom arbets- och näringsbyrån, utkomstskydd ifall man uppfyllt villkoren för detta och hjälp för att bli sysselsatt.

Skyldigheterna som arbetslös arbetssökande är att söka heltidsjobb. Dessutom måste man vara anträffbar för arbets- och näringsbyrån och ta emot arbete eller utbildning som arbets- och näringsbyrån erbjuder. Då man fått en arbetserbjudan eller sökt till en utbildning måste man kontakta arbetsgivaren och bevisa arbetsbyrån att man har kontaktat arbetsgivaren och att man har sökt till utbildningen. Man måste delta i intervjuer, utarbeta sysselsättningsplanen (om en sådan har blivit skriven med arbetskraftbyrån vid arbetsökningen) samt söka till och delta i service som främjar sysselsättning. Viktigast av dem alla är att behålla jobbsökningen i kraft, detta är ett krav för arbetslöshetsförmånen. (TE-tjänster 2016)

## **2.6 Ungas utmaningar vid arbetsprocessen**

Det finns många orsaker varför unga vuxna har det svårt att åstadkomma ett fast arbete och en faktor som påverkar är mental ohälsa och missbruk. Arbetslöshet kan leda till socialt utanförskap, kriminalitet eller annat antisocialt beteende och inlärningssvårigheter. Socialt utanförskap har också blivit kopplat med missbruk. Dessutom kan den psykosociala utvecklingen bli negativt påverkad om de mänskliga sociala behoven inte uppfylls. (Mitchell & Betts 2002)

Personer med dubbeldiagnos har undersökts ha större svårigheter i att behålla en arbetsplats. Dessutom anses det att flera negativa upplevelser under ungdomen påverkar negativt unga vuxnas delaktighet inom arbetsmarknaden. (Mattila-Holappa et al 2016)

Hur unga förhåller sig till arbete utvecklas ofta under skolåldern. De sociala- samt omgivningsmässiga faktorer påverkar den ungas framtidsplaner gällande studier och arbete. (Mattila-Holappa et al 2016)

## **3 TIDIGARE FORSKNING**

I min litteratursökning sökte jag efter hur mental ohälsa påverkar unga, hur arbetslöshet och mentala problem korrelerar med varann samt att hurdant stöd det finns för personer med mental ohälsa då det kommer till arbete.

Jag gjorde min litteratursökning på databaser som är tillgängliga för Arcadas studerande. Dessa är EBSCO Academic Search Elite, PubMed, Google scholar och EBSCO Cinahl.

Sökord som användes var Mental health eller mental illness eller psychiatric illness and employment, youth eller adolescence eller young adults och mental problems, youth employment,

Jag har dessutom använt böcker från Arcadas bibliotek.

### **3.1 Unga vuxna och arbetslöshet**

Mentala problem är vanliga hos unga vuxna och är den vanligaste orsaken för sjukpens-ion i åldern 18-34 år. I Finland år 2012 var mentala problem och missbruk orsaken för

73% av sjukpensionerade. De vanligaste diagnoserna var bipoläritet, schizofreni och psykos. Fastän mentala problem kan vara förbigående under ungdomen kan de ändå rubba den ungas utveckling vilket kan påverka studier och början på arbetslivet. Studien är en viktig del för unga att komma ut till arbetslivet. (Mattila-Holappa et al. 2016) Unga vuxna med mentala problem har svårigheter med att behålla ett arbete och att hitta arbete. Det anses också att om man varit anställd och måste avstå från arbetslivet pga en mental sjukdom är det svårt att bli anställd igen. (Breslin & Mustard 2003)

### **3.2 Problem vid arbetssökningen**

Om man har varit arbetslös en längre tid så kan det vara svårt att återgå till arbetslivet. Svårigheter kan uppstå med t.ex. hur man arbetar enligt instruktioner och hur man följer tidtabeller. (Harris et al 2013) Att hitta motivationen till att ta sig på intervju är också svårare pga mentala problem eller en längre arbetslöshet. (Boycott et al 2015)

Problem som också uppstår beror på att de professionella inom arbetssökningsbranschen inte kommunicerar med varandra. (Harris et al 2013)

Faktorn att mentala problem kan lätt återkomma och behovet av stöd finns under en lång tid efter insjuknande kan orsaka problem hos arbetsgivaren. Dessutom är resurserna begränsade inom tjänsterna för arbetssökningen vilket gör det problematiskt att få hjälp. (Harris et al 2013) Att det helt enkelt finns mindre arbetsplatser att söka till gör det ännu svårare att få en arbetsplats för tillfället. (Boycott et al 2015)

Stigmatisering och fördomar orsakar också problem då man söker jobb. Personerna med mentala problem anser ofta att arbetsgivaren ser dem som farliga och som ett hot. Det anses också att arbetsgivarna inte är tillräckligt flexibla gällande mentala problem. (Harris et al 2013) Det förekommer fördomar som att personer med något slags missbruk inte har motivation till att arbeta och att de är mindre kompetenta än allmänheten. Arbetsgivarna har också rakt sagt att om de får veta om något slags missbruk anställer de inte den personen. (Harris et al 2013)

### **3.3 Mental ohälsa och arbete**

Rädslan för att bli stigmatiserad och diskriminerad påverkar personer med mentala problem att söka arbete. Personerna nämner att de har en känsla att de inte är tillräckligt bra och att de inte kan tävla om arbetsplatser med allmänheten för att de har en mental sjukdom eller har varit arbetslösa en längre tid. (Boycott et al 2015)

En central fråga är också om man borde berätta om sina mentala problem för sin arbetsgivare. Får man stöd då eller blir man stigmatiserad istället. Vissa anser att det är bra för arbetsgivaren att veta så att de vet hur man kan stöda personen bäst och få de bästa resultaten av hen. En del anser att de inte vill berätta om sitt mentala tillstånd för att då ser arbetsgivaren inte dem som personer utan diagnoser. (Boycott et al 2015)

### **3.4 Stöd vid arbetsprocessen**

Då man frågade arbetslösa personer med mentala problem vilka tips de för andra i liknande situation, så kunde de säga att ett meningsfullt arbete eller något man gillar blir viktigt för att stöda den mentala hälsan i framtiden. Det centrala med att stöda personer i att söka arbete blir det praktiska och emotionella stödet. (Boycott et al 2015)

Många anser att det blir viktigt med det emotionella och kognitiva stödet då denna målgrupp söker jobb och kommer ut på arbetsprövning. Det hjälper med att bygga upp självförtroende, koncentration och motivationen. Personerna ansåg också att det blev viktigt med att få stöd då de hade fått jobb för att hållas fokuserade. Vissa personer ansåg att de behöver mera praktisk hjälp som t.ex planera sin ekonomi, hjälpa till med att köpa kläder för arbetsintervju, skriva en arbetsansökan eller träna muntligt för kommande intervju. Dessa saker kan hjälpa till med att öva för att komma i tid vid en viss tidpunkt och lämna hemmet för att få vissa rutiner före man börjar själva arbetet. Bara en enkel sak som att ha en människokontakt kunde hjälpa dem mentalt för att förbereda sig för ett kommande arbete. Andra saker som ansågs vara nyttiga var information gällande webbsidor om arbetsökning, känna igen egna rättigheter som arbetare och hur man tar hand om sin mentala hälsa under ansöknings- och arbetsprocessen. (Johnson et al 2009)

## 4 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

Syfte med mitt arbete är :

-att undersöka vilket stöd unga vuxna med mental ohälsa upplever att de behöver inom ramen för arbetsökningsprocessen

Frågeställningar:

- Vilka aspekter inom ramen för arbetssökningsprocessen blir utmanade för de unga?
- I vilka sammanhang upplever de unga att de behöver stöd med då de skall söka jobb?
- Vilket stöd önskar de unga från sin omgivning?

## 5 REFERENSRAM

Jag kommer att använda modellen PEOP: Person- environment- occupation- performance i mitt arbete. Modellen reflekterar över interaktionen mellan personen och omgivningen där personen utför olika aktiviteter, uppgifter och roller som anses meningsfulla. För att uppfylla en önskvärd delaktighet måste personen eller grupper få hjälp med att överkomma hinder i livet och för att helt och hållet kunna utföra de aktiviteter, uppgifter och roller de har. (Christiansen & Baum 1997 s.245)

### 5.1 Person

Personen innehåller inre processer som psykologiska och emotionella faktorer, kognition, neurologiska-, och fysiologiska faktorer samt spiritualitet. (Christiansen & Baum 1997 s.246)

Neurologiska faktorer innebär de olika sinnen och motoriska färdigheter som påverkar och stöder aktivitetsutförandet. Egenskaper för att klara av aktiviteter optimalt kräver en

bra fysisk hälsa och fysiologiska faktorer som uthållighet, rörlighet och styrka. (Christiansen & Baum 1997 s.246)

Faktorer som blir viktiga i det dagliga livet är t.ex språket och talförmåga, minnet samt förmåga att observera. Dessa förmågor hjälper personen att lära sig, kommunicera, röra sig och observera. (Christiansen & Baum 1997 s.246)

Psykologiska och emotionella faktorerna är basen för själva görandet. De beskriver personens motivation och inre processer. En individs personlighet påverkar vad man gör, hurdana tolkningar man gör och hur de påverkar ens tankar om sig själv. Personlighetsdragen hos en individ kan påverka aktivitetsvalen och påverkar hur man reagerar i situationer. (Christiansen & Baum 1997 s.246)

Aktiviteter i vardagen är ofta fyllda med mening. De byggs upp enligt minnen, värden och tidigare händelser. Aktiviteterna innehåller personliga meningar, kollektiva meningar eller gemensamma meningar om man har upplevt det med någon annan. Dessa faktorer bildar människans spiritualitet.( Christiansen & Baum 1997 s.248)

## **5.2 Omgivning**

Omgivningen innehåller olika komponenter som bildar begreppet omgivning. Dessa delar skapar en helhet för aktivitetsutförande. Hur en person kan utföra aktiviteter och vara delaktig. De två största komponenterna innehåller den naturliga omgivningen som skog, sjö, berg. Den byggda omgivningen är det som vi människor har producerat som hus och teknologi. (Christiansen & Baum 1997 s.249)

Delaktighet har alltid ett inflytande från omgivningen. Det har även bevisats att om man har en understödande omgivning kan det påverka positivt på hälsan och välmående. Tidigare upplevelser och värden kan också ha en betydelse för hur man interagerar med sin omgivning. Omgivningen blir en viktig del i vardagen för att den anses påverka stort de aktiviteter man utför. Den kulturella omgivningen innebär alla de värden, tankesätt, vanor och beteenden som går vidare från generation till generation. Dessa är beteendemönster och institutioner. Kulturen påverkar beteende också i en hög grad, vad som anses normalt och vilka vanor man har, sättet att använda tid och rum, hur man värdesätter aktiviteter och hur attityder påverkar arbete och fritid. Människor inom olika kulturer

värdesätter sina val och hur viktiga de är mycket enligt den kulturella normen. (Christiansen & Baum 1997 s.249)

Människor är sociala varelser och vi har ett starkt behov av social bekräftelse. Den sociala omgivningen påverkar våra val av aktiviteter och vårt beteende. Den sociala omgivningen kan också orsaka hinder som vad är normen. Dessa tankar bygger stigma som ofta kommer upp då det gäller mentala problem. Den sociala omgivningen innebär också de lagar och normer som finns inom olika institutioner som t.ex. social och hälsovården. (Christiansen & Baum 1997 s.250)

För att vi är sociala till naturen förknippas vårt beteende och vårt görande ofta med någon annan. Det sociala stödet påverkar ofta aktiviteterna vi utför och om dessa aktiviteter är nyttiga stöder det också hälsan. För att vi alla är annorlunda så vill vissa ha ett större socialt nätverk och någon annan trivs med mindre sociala kontakter. Som ergoterapeuter måste vi kunna använda det sociala stödet i vårt arbete genom att inkludera klientens närmaste, erbjuda emotionellt stöd och utföra våra interventioner utifrån klientens intressen. (Christiansen & Baum 1997 s.251)

Ekonomi är en faktor som kan påverka en persons möjlighet till delaktighet. Den ekonomiska omgivningen borde se till att alla har en möjlighet till aktivitet. Vi som ergoterapeuter kan jobba med människogrupper som har risken för att bli utanför samhället eller de som redan är det. Vår uppgift blir då att hjälpa till med dessa personers nödvändiga direkta behov. Med hjälp av vår kunskap har vi också en möjlighet att påverka på ett högre plan och sprida kunskap om delaktighet och rätt till aktivitet (Christiansen & Baum 1997 s. 251)

### **5.3 Aktivitet**

Aktiviteter innehåller en mening. Man utför ofta aktiviteter som innebär olika resultat, t.ex. arbete som en produktiv aktivitet, hemsysslor, fritid och vila. Aktiviteterna vi utför innebär också alltid en social dimension. Då man utför en aktivitet med någon eller för någon innebär det en direkt social dimension. En indirekt dimension uppkommer då man utför aktiviteten för att uppfylla den egna sociala rollen. Aktivitet är en viktig del i livet och hjälper oss att bygga en struktur i vardagen, då det uppkommer fysiska eller



mentala sjukdomar påverkar det ofta vår tidsanvändning och rubbar strukturen i vårt liv. (Christiansen & Baum 1997 s.253)

## **5.4 Aktivitetsutförande**

Aktivitetsutförande och delaktighet är själva görandet i en aktivitet. Utförandet av olika aktiviteter reflekterar både individens personlighet och roller. Hur vi väljer aktiviteter är ofta beroende på våra tillgängliga resurser, värden och personliga filosofier. (Christiansen & Baum 1997 s.253)

Sociala roller förknippas ofta med olika aktiviteter. Att vara socialt framgångsrik är att uppfylla de förväntningar den rollen har. T.ex en mamma förväntas laga mat, städa, ta hand om sina barn och sig själv etc. Roller påverkar vår personliga utveckling. Uppfyller vi våra roller så har det en positiv inverkan och om omgivningen anser att vi inte uppfyller vår roll så kan den påverka negativt på synen av oss själva. Roller är dynamiska och ändrar under livet. Man är dotter, vän, sambo, mamma och mormor och alla dessa roller kan byta och läggas till. Dessa roller har alla sina egna förväntningar samt sociala och kulturella dimensioner. (Christiansen & Baum 1997 s.253)

En av ergoterapins uppgifter är att identifiera interventioner som bidrar till en persons aktivitetskompetens. Att vara kompetent betyder att man kan utföra aktiviteter. Aktivitetskompetens kan förknippas med förmågan att delta i sociala grupper som är produktiva och givande och att aktiviteterna är målmedvetna. Målet innebär oftast vardagliga aktiviteter som bygger vår aktivitetskompetens. Viktigt blir att utföra dessa aktiviteter i den naturliga omgivningen för ett meningsfullt och värdefullt syfte. (Christiansen & Baum 1997 s.253)

## **6 METOD**

Metoden som använts i arbete har varit en semistrukturerad kvalitativ intervju. En kvalitativ intervju liknar mest ett vanligt samtal, vilket gör att forskaren utövar minst styrning gällande intervjupersonerna. En kvalitativ intervju ger ramen för diskussionen och via den får man fram den subjektiva erfarenheten som också var syftet för detta arbete. (Holma&Solvang 1991 s.110)

## 6.1 Urval

Mina informanter för intervjun kommer att vara 18-29 år enligt PAD-projektets målgrupp. De skall ha eller haft mentala hälsoproblem och bör ha varit arbetslösa eller vara arbetslösa. Detta för att ha en förståelse över vad det innebär att vara en ung arbetssökare med mentala svårigheter.

Kontakten till unga togs via meddelanden på facebook. Vänner och bekanta kontaktades och arbetets syfte och bakgrund presenterades. Därefter uppmuntrades dessa personer att skicka meddelandet och följebrevet vidare om de ansåg att någon de känner skulle vara inom målgruppen för arbete. Snöbollseffekten resulterade i 4 informanter vilket enligt Kvale & Brinkmann (2009 s.129) blev tillräckligt för mig som jobbar ensam. Servicepunkter för unga med mental ohälsa kontaktades också men dessa ställen ansåg att de inte hade passliga deltagare för denna undersökning.

Ett följebrev blev utskickat till dem som hade meddelat sitt intresse att delta i undersökningen. (Bilaga 1 följebrev) I följebrevet står syftet för undersökningen, genomförande av intervjuer och hur materialet hanteras, tidtabell för intervjuerna och mina kontaktuppgifter. De fyra personer som meddelade sitt intresse deltog i undersökningen och gav sitt skriftliga samtycke. (Bilaga 2 informerat samtycke)  
Intervjuerna utfördes i oktober.

## 6.2 Datainsamling

Materialet samlades in genom att använda en kvalitativ semistrukturerad intervju.

(Kvale&Brinkmann 2009 s.118) Informanterna hade på förhand fått information gällande syftet av undersökningen och teman på frågorna.

Intervjuguiden (Bilaga 3 intervjuguide) var uppbyggd enligt Kvale (1997 s.117) och innehöll teman och förslag på relevanta frågor men lämnade rum för förändringar och omformning samt val av ordföljd gällande frågorna. Intervjuguiden hade olika teman och frågorna gick i en viss ordning från uppvärmningsfrågor till frågor gällande arbetssökningen. Dessutom ställdes följdfrågor vid behov. Före de egentliga intervjuerna utfördes en pilotintervju för att testa hur intervjufrågorna uppfattas.

Intervjuerna genomfördes så att informanterna gav sitt skriftliga samtycke (Bilaga 2 informerat samtycke) före diktafonen togs i bruk för att intervjumaterialet blev inbandat. Sedan fick de information om hur intervjun är uppbyggd och vilka teman den innehåller. Den kortaste intervjun tog ca 50 min och den längsta ca 1h 15 min. Tre intervjuer hölls hemma hos informanterna och en på den undertecknades arbetsplats. Ett muntligt lov för att använda arbetsplatsen gavs från förmannen (God vetenskaplig praxis i studier vid Arcada).

Efter intervjuerna blev det insamlade materialet transkriberat enligt Kvale&Brinkmanns (2009 s.196-197) riktlinjer. Transkriberingen har inte ett visst sätt eller en viss ord för hur man borde transkribera men det finns dock vissa riktlinjer som bör följas som t.ex att intervjuerna skall först skriva ut ordagrant. Denna text bör innehålla fyllord och upprepningar. (Kvale&Brinkmann 2009 s.197)

Materialet insamlades i egna filer och på en email adress för att försäkra att det inte försvinner. Efter transkriberingen blev det allt som allt 41 sidor text. Transkriberingen innehöll pauser, fyllnadsord och upprepning av ord. Texten lästes sedan igenom på nytt och fyllnadsord, upprepningar och text som kan identifiera respondenten togs bort. Då minskade texten till 38 sidor. Texten som blev borttagen på grund av risken för att kännas igen som t.ex yrke, studier, platser och namn. Dessa ord och delar i texten blev inte viktiga för analysen så de blev helt och hållet borttagna. Pauser skrevs ut med tre punkter. Intervjumaterialet kommer att raderas efter att det inte behövs längre för mitt arbete (Kvale 1997 s.158).

### **6.3 Analys av intervjumaterialet**

Den transkriberade texten analyserades med meningskoncentrering enligt Kvale&Brinkmanns (2009 s.221-222) anvisningar. Analysering börjar med att läsa igenom intervjuerna ordentligt för att få en helhetsbild. Sedan fastställer man de naturliga meningsenheter som kommer upp ur texten så som informanten har berättat dem. (Kvale&Brinkmann 2009 s.221)

Dessa meningsenheter bildas till sedan till färre och kortare enheter. Enligt Graneheim & Lundman (2004 s.107–108) kallas dessa för kondenserade enheter. Enheterna som

samlades här beskriver lika under ett begrepp som beskriver innehållet. Då subkategorierna får namn är de operationaliserade begrepp för innebörden. (Graneheim & Lundman 2004 s.107)

Texten lästes igenom och 38 naturliga enheter plockades ut. Efter det lästes innehållet av dessa meningar för att hitta likheter och helheter. Efter den andra granskningen togs vissa meningar bort och 25 enheter kvarstod. Under denna granskning var fokus på att få likheterna fram men också se var olikheter fanns. Då enheterna lästes grundligt igenom blev det 7 subkategorier kvar. Dessa subkategorier granskades ännu efter det för att bilda huvudkategorier som valdes utifrån ett större sammanhang och likheterna gällande subkategorierna.

Exempel på hur processen gick till finns i tabell 6.1. Här finns de naturliga enheterna från den transkriberade texten samt subkategorierna och huvudkategorierna som arbetades fram från dem.

**Tabell 6.1**

<b>Meningsbärande enhet</b>	<b>Subkategori</b>	<b>Kategori</b>
<p>”Mutta mitä työ varsinaisesti merkitsee mulle on se, tai mitä työssä on mulle tärkeätä on se, että koen itseni tarpeelliseksi siinä työyhteisössä”</p> <p>”Niin se oli yks kans tärkeä motiivi ja sit nimenomaan se että halus antaa sitä kontribuutiota ja olla tärkeä jossain yhteisössä, ja niinku olla yhteisön jäsen”</p>	<p><b>Att vara betydelsefull</b></p>	<p><b>DELAKTIGHET</b></p>

<p>”Se tarkoituksen puute oli sellanen haastava, että siit helposti tuli sellanen että tunne että millään ei ole mitään väliä tai ei oo itse tärkeä kenellekään... tai ei ole tärkeä osa yhteisö-ään”</p> <p>”Ehkä just kuulumattomuuden tunne oli vaikee”</p>	<p><b>Att inte tillhöra någonstans</b></p>	
--	--	--

## 6.4 Etiska reflektioner

Då man skriver ensam kommer det stunder då det skulle hjälpa att ha någon att reflektera med och bolla tankar. Processen var väldigt lärorik att göra ensam också och jag tror inte att resultatet skulle vara annorlunda fast jag skulle ha haft ett par. Det informanterna sade svarade på mina frågor så att i analyseringsskedet var det bara att läsa igenom texten grundligt.

Informerat samtycke blir en viktig del för undersökningen. Där får informanterna veta vad undersökningen går ut på och de deltar frivilligt och kan dra ut sig när de vill. (Kvale 1997 s.107) Konfidentialiteten under processen gäller intervjuerna, informanterna och att materialet är väl förvarat. Detta för att skydda informanterna. Konsekvenserna gällande intervjun och dess innehåll måste tänkas igenom både för deltagarna och gruppen de representerar. (Kvale 1997 s.110)

Idén med mitt syfte var att förbättra situationen för unga arbetslösa. Enligt Kvale (1997 s.113) är det viktigt att reflektera kring fördelarna med undersökningen. Hur man kan bidra till en människas- eller en grupps situation eller kommer arbetet att ge allmän kunskap gällande ämne. Idealet i en intervju är att både intervjuaren och informanten ger och mottar något. Intervjun är en intim situation och personen som intervjuas kan säga något som hen senare kommer att ångra. Därför är det extra viktigt för intervjuaren att vara känslig med sina frågor, noga planera intervjun och ha ett skriftligt samtycke. (Kvale

1997 s.110-111) Jag ansåg också att för att få informanternas förtroende måste man planera frågorna väl och forma dem på ett sätt som inte är förolämpande för någon.

Intervjuaren är speciellt viktig under intervjun och själva processen. Forskaren har ett vetenskapligt ansvar inför sin profession och sina informanter. Forskningen skall frambringa kunskap som är värd att veta och som är så kontrollerad och verifierad som möjligt. (Kvale 1997 s.112-113) Jag hade egentligen inga förväntningar inför intervjuerna och resultatet. Därför anser jag att objektiviteten höll under processen. Resultatet var kanske till och med en överraskning att hur svårt det är att få hjälp och information då man söker arbete.

Enligt Kvale (1997 s.112-113) är det viktigt att reflektera kring förhållandet mellan mig som intervjuar och informanten. Då man redan har arbetat med personer med mentala problem blir det lätt att man tar den terapeutiska rollen. Under intervjuerna var det då viktigt att komma ihåg sin roll som intervjuare och inte använda den terapeutiska intervjun och responsen. Som Holme&Solvang (1991 s.102) berättar blir det viktigt att tänka på förhållandet som byggs eller finns med informanterna. Närheten eller relationen kan förebygga förväntningar från informantens sida. Hon eller han kanske svarar på ett sätt som de tror att jag som intervjuare vill höra. Därför är det viktigt att vara medveten om en sådan möjlig situation. För att de flesta informanter var bekanta från förr så måste man hålla sig objektiv och uppmuntra dem bara att svara så som de anser att saker är eller hur de upplevt händelserna. Det kan vara att informanterna kunde öppna sig mera ärligt för att de visste vem jag var. Man kan spekulera hur resultaten skulle ha blivit om alla informanter skulle ha varit helt okända. Men också om resultaten påverkades av en tidigare kännedom av intervjuaren. Som Ahrne et al (2011 s.64) berättar bör intervjuaren också vara försiktig med sina egna tolkningar så att de intervjuade inte har en känsla att de inte blivit hörda. Detta försökte jag undvika genom att försäkra svaren med att upprepa något de sagt om någon mening t.ex blev oklar.

Under processen har Forskningsetiska delegationens (2012) riktlinjer blivit följda för god vetenskaplig praxis och för att försäkra en god och etisk forskning.

## **7 ARBETETS RESULTATREDOVISNING**

I nästa stycke presenteras den centrala informationen i löpande text. Texten redovisas utifrån huvudkategorier och underkategorier som växte fram under analyseringsprocessen. Det har varit viktigt att det informanterna har sagt kommer klart fram i redovisningen. Under analyseringen har det undersökts likheter och olikheter kring teman som kommit fram. Likheterna har fått egna subkategorier och dessa har lagts ihop i en större helhetskategori. 10 st subkategorierna kom fram och de är ”Att vara betydelsefull”, ”Att inte tillhöra någonstans”, ”Behov av det mentala stödet”, ”Behovet av stöd och hjälp”, ”Informationen gällande arbetssökning”, ”Utmaningar med att bli anställd” och ”Utmaningar med att söka arbete”

### **7.1 Delaktighet**

Denna huvudkategori handlar om det mänskliga behovet av att få vara delaktig. Informanterna berättar hurdan betydelse arbete har i livet och vardagen. De beskriver också hur delaktigheten minskar då man är arbetslös och hur det har påverkat dem.

Dessa upplevelser beskrivs närmare i rubrikerna ”att vara betydelsefull” och ”den frånvarande tillhörigheten”.

#### **7.1.1 Att vara betydelsefull**

Informanterna berättade om ett behov att få vara betydelsefull. Arbetsplatsen var ett ställe som de ansåg att kunde möjliggöra detta. Informanterna ansåg att de inte kände sig betydelsefulla då de var arbetslösa. Känslan av att vara irrelevant påverkar den mentala hälsan negativt. Då man får utföra meningsfulla och betydelsefulla aktiviteter i ett deltagande sammanhang ökar det välbefinnande. Den sociala omgivningen kan förstärka bilden om den egna kapaciteten vilket blir viktigt för självkänslan.

Informanterna berättade om de nervärderande känslorna som uppkom under den tiden de var arbetslösa och hur dagarna kändes meningslösa då de inte kände sig delaktiga. För att man inte har en möjlighet att aktivt delta och ge sin egen insats för ett större sammanhang blir man ofta frustrerad.

”Mutta mitä työ varsinaisesti merkitsee mulle, tai mitä työssä on mulle tärkeää on se, että koen itseni tarpeelliseksi siinä työyhteisössä”

En arbetsplats eller studieplats förstärker det sociala behovet som människan har. Arbetet eller studierna är ett ställe där man har en uppgift och man har förväntningar. Att kunna hjälpa någon eller att konkret tillverka något uppfyllde behovet av betydelsefullhet enligt informanterna. Då självkänslan stiger stöder det också aktivitetsutförandet på ett bredare plan och motiverar också i de vardagliga aktiviteter.

### **7.1.2 Att inte tillhöra någonstans**

Då det diskuterades hur informanterna hade upplevt arbetslösheten beskrev de att de hade svårigheter med att inte ha något produktivt att göra under dagarna och att inte ha sociala kontakter. Arbetslösheten var som ett tomrum. Arbetsplatsen med dess sociala dimension hämtar en känsla av tillhörighet, vilket man ofta inte känner då man är arbetslös.

”Se tarkoituksen puute oli sellanen haastava, että siit helposti tuli sellanen että tunne että millään ei ole mitään väliä tai ei oo itse tärkeä kenellekään... tai ei ole tärkeä osa yhteisöään”

De unga beskrev att den vardagliga tillvaron kändes tom. Då man är arbetslös kan möjligheten att bestämma om sitt eget liv minska. Man kan nödvändigtvis inte delta i aktiviteter som känns meningsfulla pga ekonomiska skäl och man kan inte vara produktiv på ett sätt som på en arbetsplats. De sociala behoven uppfylls ofta inte och aktiviteterna minskar.

”Ehkä just kuulumattomuuden tunne oli vaikee”

Då man inte har kontroll över sin omgivning alltså att man inte får arbeta, kan det ofta minska kvaliteten på livet. Informanterna beskrev ett behov att göra och på detta vis tillhöra en social grupp alltså arbetsplatsen och arbetskamraterna. Det nämndes att vissa av de unga kände sig utanför då det diskuterades om arbete, studier och andra allmänna saker. Man vill helst inte nämna att man är arbetslös. Detta minskar också känslan av tillhörighet och minskar självförtroendet och känslan av delaktighet.



## 7.2 Behovet av stöd under arbetssökningen

Detta stycke behandlar stödet under arbetssökningsprocessen. Hurdant stödet borde vara och vilket behov finns för stödmekanismer. Stödet i dessa fall handlade om det mentala stödet från de närmaste människorna i livet till ett bredare plan. Informanterna berättade om sina egna erfarenheter och förslag på hjälpen som skulle ha nyttjat dem. Stödbehoven presenteras närmare under rubrikerna: ”Behov av det mentala stödet” och ”Behov av stöd och hjälp”.

### 7.2.1 Mentala stödet

Informanterna beskrev det mentala stödet som en väldigt viktig del under arbetssökningsprocessen. Då det mentala tillståndet får en att känna sig dämpad och vardagen saknar mening, ansågs det att stödet av vänner, familj och professionella blir centralt för att orka. Att kämpa på och uppmuntra då det känns svårt anses som en stor hjälp.

”Tsemppaamaan kun on vähän vaikeempaa ollu ja tulee sellasii kausii, et ite ei oikein jaksa uskoo siihen et mistään tulis mitään, nii siihen o ihan jees saada tukee. Ku sillon ku ei oikein jaksa olla motivoitunu mihinkään, nii sillon on ihan jees ku joku vähän tsekkailee et mitä kuuluu ja koittaa sillon tsempata ja auttaa et saa jotain aikaseks”

Informanterna beskrev arbetssökningsprocessen som mentalt utmanande. För att den mentala problematiken påverkar vardagen och aktivitetsutförandet i vardagliga aktiviteter blir arbetssökningen ett tungt tillägg. Under processen kan det vara viktigt att bara ha en människa som finns där eller någon som kämpar på när saker och ting blir för betungande. Då man har svårigheter att tro på sig själv och sina resurser är det viktigt att någon finns där och förstärker tron på oss själva. Stödet kan komma från vänner och familj eller t.ex olika organisationer och anstalter. Då man har svårigheter med att hitta motivation eller att ta initiativ hjälper det ofta om någon lite pushar på och hjälper med att tänka positivt.

”Sitä herkästi kääntyy sisäänpäin yhä enemmän ja enemmän. Niin tietyl tavalla sellanen mukaan ottava. Siinä kun se kierre voimistaa sellasia epäterveitä tapoja toimia, ja olla ja elää, ja sit niinku suorastaan syrjäyttää. Se vie kauemmaks sellasest muusta elämästä”

Att vara arbetslös kan lätt isolera en från allmänheten. De dagliga rutiner kan förstärka dåliga vanor vilket kan orsaka ännu större isolation. Dygnsrytmen kan bli omvänd och

aktivitetsbalansen rubbas. Då vänner och familj är på jobb under dagarna bli man lätt ensam och utsängd från den så kallade vanliga vardagen. Att man blir tillfrågad att delta och vara med kan det redan göra en stor skillnad och uppmuntra. Då man har tappat sin väg och tanken hur man ser sig själv har ändrat så behövs det ofta stöd och uppmuntrande ord för att orka vidare. Rollen som en medlem i samhället ändrar lätt då man blir arbetslös och då behövs de personer som kan hjälpa till med att förstärka rollen som en viktig individ. Här kommer det emotionella stödet fram och hur andra kan möjliggöra samtal kring sig själv och erbjuda vägledning i förhållande till detta.

”Tuki siihen et ylipäättänsä jakso alottaa ton prosessin niin tuli lähipiiriltä kyllä, ja se oli se mitä mä tarvitsin. Sellasta uskoa itseensä ja siihen että on potentiaalisesti tärkeä yhteisön jäsen”

## **7.2.2 Behov av stöd och hjälp**

Diskussionerna om stöd och hurdant stöd de unga upplever att de skulle ha behövt under arbetssökningsprocessen blev det mentala stödet viktigt men också vikten på konkreta hjälpen kom upp.

”Just nimenomaan tietoa eri vaihtoehtoista et millä tavalla ensinnäkin voi työllistyä”

Informationen om hur man kan få jobb och olika möjligheter till att bli anställd var ett önskemål. Då man börjar söka jobb och man är en ung vuxen som ofta inte har lång arbetserfarenheter blir informationen gällande arbete och olika arbetsmöjligheter en viktig hjälp. Då man börjar söka jobb kan det vara svårt att veta var man skall börja eller hurdant jobb man borde söka. Information och handledning gällande arbetsplatser önska- des mera.

”No just sen että esim mitä koulutustarjonta pitää sisällään. Mitä yliopisto on, mitä sieltä löytyy, mitä eri suomen yliopistot tarjoa ja mitä esimerkiks amkit tarjoa. Mitä kaikkee löytyy sieltä ja mitkä amikset on. Sit on kuulema joku työssäoppimissopimuskin olemassa”

Informanterna hade en nästa grads skolning efter grundskolan men fortsatta studier och vad det betyder att studera var rätt obekant. Att få information om hurdana skolningar olika universitet eller yrkesskolor erbjuder kan hjälpa den unga för att välja de rätta studierna att fortsätta med. Vilka krav finns i dessa skolor, hur långa skolningarna är och vad

innebär yrket konkret efter man blir färdig. Då den mentala hälsan rubbas kan denna omedvetenhet göra processen tyngre och motivationen minskar.

”Ehkä sellanen et ne jotka on oikeesti jo työelämässä, nii ne kertoo et miten kannattaa oikeesti tehdä hyvä cv. Mitä sä mainitset ja mitä jätät mainitsematta. Riippuen siitä minne sä haet ja miten kannattaa itensä esitellä”

Tre av informanterna hade inte ordentlig kännedom om hur man skriver en korrekt cv eller en arbetsansökan. Informationen fanns från skolåren, men hur det fungerar i praktiken var en annan sak. Behovet av råd och guidning under första steget då man söker arbete ansågs viktig för att detta kan minska tiden på arbetslösheten om den sökande personen är motiverad.

” Ois enemmän sellast toimintaa paikkakunan puolesta et ois auttamassa ja ois näkyvästi auttamassa”

Synligheten på olika stödorganisationer eller var man får stöd då man söker jobb anses ganska minimal. Det kräver ofta mycket initiativ till att hitta dessa ställen och speciellt då man har problem med den mentala hälsan kan man behöva stöd för att vara aktiv. Då man själv inte har krafterna till att kräva hjälp blir stödet ofta knappt. Det skulle vara speciellt viktigt att hitta dessa unga redan före de blir utanför och erbjuda hjälp i tid.

## **7.3 Erfarenheter om arbetssökningen**

Det mest centrala fyndet med denna undersökning var att varje informant ansåg att informationen gällande arbetssökningen har varit väldigt dålig. En stödande omgivning kan hjälpa personen att vara delaktig och utföra, men om omgivningen inte erbjuder verktyg för ett fungerande aktivitetsutförande kan den påverka negativt. Detta kan man läsa mera om under rubrikerna: ”Upplevelser om tillgänglig information” och ”Utmaningar med arbetssökningen”.

### **7.3.1 Upplevelser om tillgänglig information**

”Et siis sillain sen tiedon etsimiseen tai mahdollisuuksien tarjoamiseen tai tällaseen, niin siihen mä en saanu mitään mistään. Vaan ne piti ite kaivaa ja innovoida ja pohtia ne asiat”

De unga berättade att vägen till att bli anställd kändes väldigt utmanande för att man inte hittade information. Under arbetssökningen måste man själv ta initiativ för att undersöka

möjligheterna som finns och vad som skulle passa en själv. Den tillgängliga informationen kan man hitta på internet och innehållet upplevs inte så informativt.

”Tietyl tavalla, eihän TE toimistolta saanu niinku mitään vinkkejä mihinkään työhön... Sillon ku mä esimerkiksi ilmottauduin työttömäksi ja mietin et miten duunia sais, tai miten kannattais kokeilla sitä työn hakemista tai saamista nii... eihän siihen tullu yhtään mitään vinkkiä. Ei edes cv:n tekoon. Jos ei mulla itellä olis ollu kykyjä tehdä cv:tä ja tehdä nettisivuja työnhakuun ja ottaa selvää miten olis potentiaalisia työnantajia, niin mä olisin edelleen siellä sohvalta syrjäytymässä”

Likartade tankar gällande stödet från TE tjänsterna fanns hos varje informant. Resurserna till att stöda och informera gällande arbetssökningen upplevdes minimala. Arbetslösheten är hög i Finland för tillfället och behovet av hjälp och stöd finns. För att anställa så många som möjligt skulle informationen vara viktig genast från början då man anmäler sig som arbetslös. Speciellt dessa unga var motiverade för att arbeta och få en arbetsplats. Längden på arbetslösheten varierade och desto längre man är arbetslös blir det svårare att få jobb. För att vara aktiv och söka arbete måste man ha tillgång till information samt klara direktiv och råd. Informanterna kände sig maktlösa inför arbetssökningen för att informationen är oklar och svår att nå. Detta påverkar motivationen och möjligheten till att själv påverka.

## **7.4 Utmaningar med arbetssökningen**

Utmaningar som kommit emot under arbetssökningen gällde både omgivningen och utmaningar gällande den, men också personliga faktorer. Diskussionen handlade om hur arbetsgivarna anställer och på vilken grund, hur förväntningar i det moderna samhället påverkar den anställda och hur motivationen kan ha en stor roll då det gäller arbetssökningen. Mera information finns under rubrikerna: ”Utmaningar med att bli anställd” och ”Utmaningar med att söka arbete”.

### 7.4.1 Utmaningar med att bli anställd

”Ne jotka on päässy sille alalle töihin nii on sen takia et ne tuntee jonkun. Koska se menee niin paljon siihen et mistään ilman työkokemusta ei saa töitä. Paitsi jos tuntee jonkun”

För att lättare bli anställd går det ofta via kontakter. Största delen av arbetsplatserna som informanterna hade haft var via någon bekant. Det upplevdes också som ett problem för att sättet minskar chansen att bli anställd för dem som inte har kontakter eller ett socialt nätverk. Problem kan också uppstå då den anställda personen inte har nödvändig kunskap det behövs i arbetet men blir anställd pga kontakter.

”..Sit myös se että jossain mollin sivuilla ku kattoo, nii ne kirjottaa jotain mitä jonkun työn pitäis sisältää, nii ne voi olla niin utopisia ne vaatimukset et 10 vuotta työkokemusta ja tällanen koulutus ja tuu kuitenkin ilmaseks”

Kraven på personen som anställs anses höga. Speciellt många unga som inte har lång arbetserfarenhet kan ha svårigheter med att hitta arbete för att arbetsplatsen förväntar sig en person med erfarenhet för att kunna arbeta så självständigt som möjligt. Det påverkade också informanterna och skalan på olika jobb som de sökte. Speciellt någon som har varit arbetslös en längre tid kan ta vilket jobb som helst för att bara få göra något. Informanterna ansåg också att arbetet måste vara meningsfullt för att orka med det och om arbetsplatserna är vad som helst kan karriären inom det yrket bli kort.

”No pelkästään se että työpaikkoja on vähäsen, ja niin paljon hakijoita”

För att arbetslösheten är stor för tillfället orsakar det också konkurrens inom arbetssökningen. Ansökningar kan komma tiotal eller hundratal till ett ställe. Detta påverkar också motivationen att söka och skriva arbetsansökningar. Man orkar inte försöka för att man vet att möjligheten till att bli anställd är liten.

”Siin on just se et työnantajat ei oo niin halukkaita palkkaamaan, ku löytyy sellasia normaalimpia... luotettavampia siihen työhön. Et ei ne oikeen halua palkata sellasta joka tarviis vähän vapaammat kädet, niinku just työaikatauluja”

Att ha en flexibel tidtabell då det gäller arbete var ett önskemål för tre av informanterna. Stressen med fasta tidtabeller orsakar ångest och kan påverka negativt på den mentala hälsan. Problemet enligt dem är ändå det att arbetsgivarna inte nödvändigtvis har resurser, tid eller intresse att anställa en person som behöver extra arrangemang på arbetsplatsen. Att kunna påverka på innehållet och längden eller tidtabellerna gällande arbetet kunde

positivt förstärka känslan av den egna kapaciteten och småningom bygga aktivitetsutförande.

#### **7.4.2 Utmaningar med att söka arbete**

Den gemensamma faktorn hos informanterna gällande arbetssökningen var att alla hade svårigheter med att hållas motiverade.

”Se hakemusten kirjottaminen jos se työpaikka ei ollu ihan 10 mitä haluis tehdä, niin ylipäättänsä se että ois jaksanu kohdentaa sen cvn ja hakemuksen. Siihen motivoituminen oli tosi vaikeeta ja rehellisesti jäi muutamaman kerran tekemättä, vaikka soitinkin johonkin paikkaan, niin en jaksanu tehdä sitä työhakemusta, koska siinä on niin monen tunnin vaiva kuitenkin”

För att hållas motiverad fast man inte får ett svar på ansökningarna eller när svaret är nej ansågs vara jobbigt. Under arbetslösheten hamnar man ofta skriva ansökning efter ansökning. Om man vill skriva en bra ansökning så måste man skriva den skilt för varje arbetsplats. Informanterna ansåg att i detta skede blir det mentala stödet speciellt viktigt.

”Se että suurimmaks osaks varmaan mä turhaudun aika helposti siihen, et mä jonku aikaa oon motivoitunu ja oon lähettäny niitä hakemuksia ja laittanu cvtä, ja mistään ei tuu vastauksia tai kieltäytyvi vastauksii. Se turhauttaa ja vie pitemmän päälle hommasta sen maun. Ja sit ku mulla on toi terveydentila mikä on, nii se on kans sellanen mulla vaikuttava tekijä siihen”

Då den mentala hälsan inte är i balans påverkar den motivationen. Varje nekande svar gör det svårare att hållas positiv och fortsätta med arbetssökningen. Informanterna beskrev speciellt att skriva arbetsansökningar var den tyngsta delen i processen. Då man har kommit så långt att man blir kallad på intervju blir situationen genast behagligare. Man får en bekräftelse om att man duger och man får kontakt med arbetslivet och en annan människa. För att hålla kvar motivationen skulle det vara viktigt med det tidiga stödet och vägledning. Motivationen påverkar hela arbetssökningsprocessen och hur aktivt man söker arbetsplatser och information.

## 8 RESULTATDISKUSSION

I resultatdiskussionen reflekteras och diskuteras resultatet utifrån frågeställningarna, teoretiska referensramen och bakgrunden för examensarbetet. Till sist kommer jag att sammanfatta resultatet.

### 8.1 Diskussion av resultat i förhållande till frågeställningarna

Syftet med examensarbetet var att undersöka vilket stöd unga vuxna med mental ohälsa upplever att de behöver inom ramen för arbetsökningsprocessen.

I frågeställningarna söktes svar på frågorna: ”Vilka aspekter inom ramen för arbetsökningsprocessen blir utmanade för de unga?” ”I vilka sammanhang upplever de unga att de behöver stöd med då de skall söka jobb?”. ”Vilket stöd önskar de unga från sin omgivning?”

Den första frågan gällande aspekterna inom arbetsökningsprocessen som blir utmanande för de unga ansåg informanterna att motivationen, informationssökningen och själva arbetsökningen känns utmanande.

Då det diskuterades kring stöd under processen, ansågs det att då man börjar söka arbete skulle det vara viktigt att t.ex TE-tjänsten eller någon annan instans skulle ha bättre resurser för att hjälpa till med att söka arbete. Dessutom vägleda och informera om olika sätt att anställas eller var och hur man kan studera.

Stödet från omgivningen kunde komma från familjen och vänner som ett mentalt stöd. Konkret stöd från någon instans som hjälper med arbetsökningen eller hjälper med mentala stödet då man har svårigheter med att hållas motiverad. Dessutom kan stödet komma någon annanstans för att bidra till det sociala välmående och hjälpa möjliggöra aktivitet.

## 8.2 Diskussion av resultat i förhållande till den teoretiska referensram

Som Christiansen&Baum (2005 s.247) berättar kan psykologiska förmågor inverka till att antingen möjliggöra eller hindra aktivitet i vardagen. Informanterna har alla haft problem med den mentala hälsan vilket kan orsaka utmaningar med vardagliga aktiviteter. De beskrev att speciellt svårt var att behålla motivationen under arbetssökningen. Motivationen har också en stor betydelse då det kommer till viljan att utföra aktiviteter och vilka aktiviteter man väljer (Christiansen&Baum 2005 s.248). Arbetslösheten orsakade också negativa tankar om sig själv. Frustrationen om att man inte uppfyller sin optimala förmåga gällande vardagen och livet fanns hos alla. Det uppkom också tankar om det egna kunnandet. Om man inte blir anställd och har inga förväntningar i vardagen så hur kan man utföra andra aktiviteter bra? Christiansen&Baum (2005) anser att ett optimalt utförande av aktiviteter kopplar ihop med känslan av välbefinnande. Dessutom att kontinuerligt delta i olika aktiviteter påverkar känslan av mening och sedan välbefinnande.

Informanterna hade få aktiviteter de kunde delta i. Dessutom påverkade också motivationen och viljan till att utföra aktiviteter under vardagarna. Att få träffa vänner och andra människor samt att få vara till nytta på något vis ansågs som meningsfullt och betydelsefullt. Vardagarna innehöll inte annors någon mening. Sociala kontakterna under dagarna var få och aktiviteterna erbjöd inte en chans till något som ansågs viktigt. Den byggda och naturliga omgivningen hade inte en så stor skillnad då det handlade om tillgänglighet eller möjlighet till sociala kontakter. Att bo på landet kan orsaka svårigheter med förflyttning eller då man vill sköta ärenden om man inte har bil. Men jämfört med unga som bor nära goda transportförbindelser så påverkade det inte ensamheten eller utförande av meningsfulla aktiviteter.

Enligt Christiansen&Baum (2005) kan den sociala omgivningen bidra till aktivitet och delaktighet men då det sociala stödet inte finns kan det hindra aktivitet och delaktighet. Att få reflektera kring sina egna tankar, känslor och självkänsla med någon annan blir viktigt då den mentala hälsan rubbas. Det mentala och sociala stödet blev ett av de viktigaste som informanterna påpekade under intervjuerna. Mängden av stöd varierar hos varje individ men alla ansåg att avgörande för det egna orkandet och motivationen var att ha någon som kämpar på då det känns tungt. Stödet kan komma från vänner, familj eller



någon instans som t.ex poliklinik eller sökande ungdomsarbete. Det konkreta stödet ansågs viktigast under arbetssökningen för att informanterna ansåg att de inte hade fått just någon information, råd eller handledning då det handlade om att söka arbete eller studieplats. Här kunde TE-tjänsten som den huvudsakliga kontakten under arbetslösheten öka sina resurser.

Arbetslösheten orsakar ofta en ekonomisk nöd. Stöden räcker inte långt och en stor orsak till att söka arbete är av ekonomiska skäl. Att inte helt enkelt ha pengar påverkar också möjligheten till att vara aktiv och delaktig i vardagen. Man har inte samma möjligheter till att förflytta sig från en plats till en annan, man har inte möjlighet att delta i hobbyer eller liknande och helt enkelt kan en dålig ekonomi fungera som ett funktionshinder. Som Christiansen&Baum (2005 s.251) också berättar borde man i ett jämställt och demokratiskt samhälle ha en liknande möjlighet till aktivitet och samhället borde kunna erbjuda delaktighet för alla.

Arbete som en aktivitet innehåller en meningsfull och betydelsefull dimension för informanterna. Hur arbetet utförs och vad som krävs för att utföra aktiviteten beror mycket på arbetsplatsen. Det som två av de unga nämnde var att de skulle önska en arbetsplats där tiden skulle vara mera flexibel. Att man inte nödvändigtvis behöver jobba 8-16 utan själv kunna påverka på sin arbetstid. Detta för att försäkra det att man orkar. Denna del beskriver det som PEOP har som fråga gällande aktivitet: ”hur görs det?”. Aktivitetshelheterna i det dagliga livet kan påverkas av arbete och hur tungt man upplever det. Under arbetslösheten var motivationen för dagliga aktiviteter liten. Intresset för att vara aktiv minskar hemma för att man inte har möjligheten till delaktighet. Tiden på olika aktiviteter kunde också vara avvikande då man ofta sover på dagen och vakar på nätterna.

Aktivitet och själva görandet sammansätter personen och omgivningen till en helhet. Detta sker om personen utför aktiviteter i interaktion med sin omgivning. (Christiansen&Baum 2005 s.252) Då man har kontroll över sin omgivning och sitt utförande kan det öka kvaliteten i livet. För att arbetslösheten orsakar det att man tappar kontrollen minskar det ofta välbefinnandet. Som Christiansen&Baum (2005 s.254) beskriver finns behovet av aktivitet och om man klarar av olika aktiviteter i olika omgivningar ger det en känsla av delaktighet och att ha förmågan till att utföra.

### **8.3 Diskussion av resultat i förhållande till tidigare forskning**

Motivationen kom upp i bakgrunden men här diskuterades motivationen gällande arbetsintervjuerna. (Boycott et al 2015) Informanterna beskrev arbetsintervjuerna och att fara på dem som den lättaste delen. Motivationssvårigheterna enligt mina intervjuade unga var att skriva arbetsansökningar. Här var det mest utmanande att hållas motiverad utan något stöd.

Problemen som uppstår då professionella inte kommunicerar med varandra uppstod som ett diskuterat ämne både i den tidigare forskningen.

Att få hjälp och information var svårt för informanterna och varje gång man kontaktade TE-tjänsten gällande sina ärenden hamnade man tala med en ny person. Enligt Harris et al (2013) är resurserna inom arbetssökningen begränsade, vilket också syntes då ungdomarna berättade om sina egna erfarenheter gällande arbetssökningen. För att det inte finns personal som hjälper till med att informera och handleda om olika sätt att anställas blir processen mera krävande.

Enligt Boycott et al (2015) blir det praktiska och emotionella stödet viktigt med personer med mental ohälsa. Informanterna för denna undersökning nämnde också det mentala stödet men avvikande från den tidigare forskningen önskade de stöd under själva sökningsprocessen. Johnson et al (2009) berättar om olika praktiska sätt att stöda under arbetssökningen. Här nämns planering av ekonomi, hjälp med att köpa kläder, hjälp med att träna för intervju etc. I denna artikel har personerna dock varit arbetslösa en längre tid och det vardagliga livet har tappat många vanliga aktiviteter och självkänslan har blivit ännu sämre pga en lång arbetslöshet. Unga som intervjuades för denna undersökning har inte varit arbetslösa i så många år. De ansåg att praktiska stödet skulle behövas mera till att hjälpa med att hitta arbete. Som ergoterapeuter kunde vi dock stöda med olika interventioner som också stöder självkänslan och förmågan till aktivitet.

## **9 METODDISKUSSION**

I nästa stycken diskuteras urvalet för arbete, hur datainsamlingen gick till, intervjuanalysen granskas och diskuteras från olika håll och arbetets trovärdighet, tillförlitlighet och generaliserbarhet förstärks.

### **9.1 Urval**

Att välja snöbollseffekten som metod för urvalet kan diskuteras. För att meddelandet skickades vidare på facebook från vänner och bekanta kan det påverka informanternas integritet. Det blev oförväntat att de ställen som stöder unga med mental ohälsa som kontaktades via email och telefon ansåg att de inte hade möjliga deltagare. Dessutom de som på förväg hade meddelat sitt intresse om deltagande under processens gång svarade inte till sist då jag närmade mig via email på nytt. För att jag gjorde undersökningen ensam blev sampeln ganska liten. En bredare kunskap gällande ämnet kunde ha uppnåtts om forskarna skulle ha varit fler.

### **9.2 Insamling av material**

Insamlingen av materialet utfördes via individuella intervjuer med en semistrukturerad intervju och vissa teman gällande frågorna. Fokusgruppintervjuer blev ett annat sätt som intervjuerna kunde ha blivit utförda men pga informanternas historia med mental ohälsa kunde detta ha påverkat resultatet. Resultatet skulle ha kunnat minska eller så skulle det ha fallit bort deltagare. Individuella intervjuer var mest bekanta och passade för mitt arbetssätt. Dessutom kunde gruppens åsikter ha kunnat påverka den enskilda informantens åsikter. På detta vis fick jag individuella svar och erfarenheter. Under själva intervjun skulle det kanske ha varit nyttigt att vara två stycken. Då man själv intervjuar kan man tappa nyanser av det som blivit uttalat. Att vara observant gällande gester, tonfall och ansiktsuttryck är viktigt under intervjusituationen (Kvale 1997 s.37). Som Holme&Solvang (1991 s.115) berättar så är intervjusituationen intim och den intervjuade kan berätta saker som inte blivit diskuterade om tidigare. Då kan det vara bra att det inte sitter många människor och lyssnar på då man öppnar sig. Jag anser dock att resultatet inte skulle ha ändrat fast det skulle ha varit två personer som intervjuar. Själv märkte man att då man har erfarenhet om terapeutiska intervjuer måste man vara försiktig då man intervjuar för

en undersökning. Att hålla sig objektiv och inte leda intervjun eller förstärka något informanten säger blev något man måste vara noga med.

### **9.3 Intervjuanalys**

Analysen utfördes på ett induktivt sätt så att den uttalade texten fungerade som den information som söktes. Det fungerade bra då det steg klara likheter från intervjuerna. På detta vis var det också rakt det som har sagts som blev resultatet, inte färdiga förväntningar eller teman som söktes. I transkriberingsskedet skulle det möjligen ha varit bra med två personer som lyssnar igenom texten. Fast då det är en person som skriver ut texten är det säkert gjort på ett sätt (Holme&Solvang 1991 s.156). Transkriberingen är ett sätt att tolka texten. Hur man väljer skriva ut det som blivit sagt och t.ex pauser, upprepningar osv beror på för vem den transkriberade texten är för. (Holme&Solvang 1991 s.156-157) För att texten är för mig valde jag hur jag skriver ut pauser och lämnade upprepningar.

Den transkriberade texten kom med i analyserade materialet. Induktiva sättet analyserades med meningskoncentrering. Att välja meningskoncentreringen var ett val som gjordes på grund av syftet för mitt arbete. Jag ville få reda på var unga med mentala problem behöver stöd med då de söker jobb. Här kom det klart fram vad informanterna hade sagt. Meningarna delades in i större kategorier och subkategorier. Uppdelningen blev ganska lätt då det steg liknande innehåll i meningarna i olika intervjuer. För att göra processen klar för läsaren gjorde jag en tabell av materialet. Att söka teman från texten skulle ha varit ett lättare och snabbare sätt att analysera. Det kunde jag märka redan då analysen började men anser ändå att detta var bästa sättet och svarade bäst på syftet och frågeställningarna. Det analyserade materialet blev sparad på ett separat dokument för att lättare arbeta och läsa igenom texten.

#### **9.4 Arbetets trovärdighet, tillförlitlighet och generaliserbarhet**

Då man verifierar ett arbete handlar det om att fastställa arbetets generaliserbarhet, reliabilitet och validitet. *Reliabiliteten* gäller arbetets konsistens och *tillförlitligheten* om undersökningen har undersökt det som var avsett att undersökas. (Kvale 1997 s. 85) Det är forskarens etiska ansvar att verifiera kunskapen man förmedlar i sitt arbete. (Kvale 1997 s.105) Valideringen skall ske under hela arbetet och forskaren skall under hela processen vara kritisk och kontrollera samt tolka resultaten. (Kvale 1997 s.267)

Forskningens tillförlitlighet handlar om hur resultaten kunde uppnås av andra forskare under en annan tidsperiod med den metod och ordning som har beskrivits. (Kvale 1997 s.263) Resultaten i min undersökning har säkert mycket att göra med den specifika tid då arbetslösheten är stor. Den nuvarande ekonomin och samhällsliga frågor påverkar också innehållet i resultaten då t.ex. stöd och mängd med arbetsplatser varierar. Dessutom hade informanterna haft eller har någon typ av mental ohälsa och beroende på personliga och psykologiska resurser just då de sökte arbete korrelerar med behovet av stöd.

Resultatets tillförlitlighet granskades enligt Jacobsen (2007 s.304) och kontrollerades att intervjufrågorna inte var ledande. Jag anser att frågorna inte förde informanterna åt något håll gällande svaren och resultaten tolkades objektivt. För att kunna anse att resultaten är reliabla som Jacobsen (2007 s.169-170) skriver, arbetades forskningsfrågorna utifrån den tidigare forskningen och bakgrunden och granskades att resultaten svarade på dessa frågor som också diskuterades i diskussion delen.

## **10 REKOMMENDATIONER FÖR PRAXIS**

Utgående från resultaten i mitt examensarbete rekommenderar jag att följande stödmeter skulle användas för unga med mental ohälsa. Att erbjuda mentalt stöd under processen blir viktigt för att stöda motivationen. Erbjuder möjligheter till att vara delaktig och social som också förstärker välmående. Det konkreta stödet skulle erbjudas enligt den arbetslösas personliga förmågor och resurser. Stödet som kan erbjudas är att hjälpa med att skriva CV och arbetsansökningar, erbjuda information gällande olika sätt att anställas, inform-

ation gällande olika studiemöjligheter och vad studierna innebär. Dessutom blir det viktigt att hjälpa förstärka självförtroende hos unga med lyckade aktiviteter och stöda aktivitetsförmågan i dagliga livet.

Tjänsterna och stödet kunde erbjudas t.ex via ungdomsarbete, psykiatriska polikliniker där ergoterapeuter jobbar och olika tjänster som jobbar för att anställa arbetslösa. Det tidiga stödet blir viktigt för att hjälpa unga att inte falla utanför samhället.

## **11 VIDARE FORSKNING**

För att det finns lite kvalitativa undersökningar om unga med mental ohälsa och arbetslöshet skulle det vara bra att fortsätta studera detta område och de olika stödmekanismer som behövs och redan finns inom arbetssökningen.

## KÄLLOR

Breslin FC, Mustard C. 2003, Factors influencing the impact of unemployment on mental health among young and older adults in a longitudinal population based survey. *Scandinavian Journal of Work Environment and Health* volym 29 nr1 s.5-14.

Christiansen, Charles.C & Baum, Carolyn. M. 1997, *Occupational therapy:Enabling function and well-being*, Thorofare: Slack, 622 s.

Christiansen, Charles.C; Baum, Carolyn.M, 2005. *Person – Environment – Occupation – Performance. An occupation-based Framework for Practice for Occupational Therapy*, New York: Slack, 647 s.

God vetenskaplig praxis Tillgänglig: <http://www.tenk.fi/sv/god-vetenskaplig-praxis> hämtad 10.11.2017

Graneheim, U.H. Lundman, B. 2004. Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Journal of Nurse Education Today*. Nr.24

Harris Lynne M, Matthews Lynda R, Penrose-Wall Jonine, Alam Ashraful. 2014. Perspectives on barriers to employment for job seekers with mental illness and additional substance-use problems, *Health and Social Care in the Community* volym 22 nr1 s.67–77.

Holme, Idar Magne & Solvang, Brent Krohn. 1991,*Forskningsmetodik-om kvalitativa och kvantitativa metoder*, Lund:Studentlitteratur, 339 s.

Jacobsen, Jan Krag. 2007, *Intervju- konsten att lyssna och fråga*, Lund:Studentlitteratur, 219 s.

Johnson Robyn Lauren, Floyd Mike, Pilling Doria, Boyce Melanie Jane, Grove Bob, Secker Jenny, Schneider Justine, Slade Jan. Service users' perceptions of the effective ingredients in supported employment. 2009. *Journal of mental health*. volym 18, nr2 s. 121–128

Kvale, Steinar; Brinkmann, Svend. 2009, *Den kvantitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur

Kvale, Steinar. 1997, *Den kvalitativa forskningsintervjun*, 1 uppl., Lund: Studentlitteratur, 306 s.

Mattila-Holappa, Pauliina; Joensuu, Matti; Ahola, Kirsi; Vahtera, Jussi; Virtanen, Marianna. 2016, Attachment to employment and education before work disability pension due to a mental disorder among young adults, *BMC Psychiatry*, nr.14 s.1-12

Mielenterveyden häiriöt Tillgänglig:<http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/mielenterveyden-h%C3%A4iri%C3%B6t> hämtad 2.5.2017

Mielenterveyden vahvistaminen Tillgänglig:[https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tieto\\_mielenterveydesta/mielenterveyden\\_vahvistaminen/Pages/mielenterveys.aspx](https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tieto_mielenterveydesta/mielenterveyden_vahvistaminen/Pages/mielenterveys.aspx) hämtad 2.5.2017

Mitchell D.P, Betts A. 2002. Youth employment, mental health and substance misuse: a challenge to mental health services. *Journal of psychiatric and mental health nursing*, nr 9 s.191-198.

Moilanen, Irma & Almqvist, Fredrik. 2004. *Lasten- ja nuorisopsykiatria*, 3 uppl., Helsingfors: Duodecim, 477 s.

O'Connor Peter J, Brett Martin, Weeks Clinton S, Ong Luzian. 2014. Factors that influence young people's mental health help-seeking behavior: a study based on the Health Belief Model. *Journal of advanced nursing*. volym 70, nr 11. s.2577-2587.

Padproject Tillgänglig: <http://www.padproject.eu/search/label/suomi> Hämtad 10.4.2017

Repo Päivi. 2015, Mielenterveysongelmat ajavat nuoria eläkkeelle ennätysmäärin, *Hel-singinSanomat*. Tillgänglig: <http://www.hs.fi/koti-maa/a1420179850294?jako=595d8001f2d227df7536c39dea3b7ec9&ref=og-url> Hämtad: 16.10.2016

Scanlan, Justin Newton; Bundy, Anita C; Matthews, Lynda R. 2011, Promoting wellbeing in young unemployed adults: The importance of identifying meaningful patterns of time *Australian Occupational Therapy Journal* nr 58, s. 111–119.

TE- Tjänster Tillgänglig: <http://www.te-tjanster.fi/te/sv/arbetsso-kande/unga/ungdoms-garantin/index.html> Hämtad 24.1.2016

WHO Tillgänglig: [http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/en/](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/) Hämtad 1.5.2017



## **BILAGA 1**

### **Följebrev**

#### **Hei!**

Olen toimintaterapeuttiopiskelija Arcada ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyöni PAD- Positive Attitude Development projektin toimeksiantona. PAD projekti pyrkii yhteistyössä Tallinnan yliopiston kanssa parantamaan mielenterveyshäiriöitä sairastavien työllisyyttä ja pääsyä työmarkkinoille, sekä vähentämään sosiaalista syrjäytymistä ja leimautumista parantamalla yhteiskunnan asenteita kohderyhmään kuuluvia kohtaan. <http://www.padproject.eu/search/label/suomi>

Tutkimukseni tarkoituksena on selvittää miten nuoret työttömät kokevat tarvitsevänsä apua työhaussa. Kysymysten aiheet liittyvät työnhakuun, kuten minkä työhaussa olet kokenut haastavaksi tai helpoksi, ja missä olisit tarvinnut enemmän apua.

Tavoitteenani on haastatella neljää nuorta, iältään 18-29 vuotiaita. Jos sinulla on kokemuksia tai ajatuksia aiheeseen liittyen, niin olet juuri etsimäni henkilö!

Haastattelut kestävät noin 45-60 min. Osallistuminen on vapaaehtoista ja sen voi keskeyttää milloin tahansa tutkimuksen aikana.

Haastattelut toteutuvat syyskuun lopussa/lokakuun alussa.

Kaikki tiedot käsitellään luottamuksellisesti ja haastattelumateriaalia käytetään ainoastaan kyseiseen tutkimukseen. Haastattelumateriaali myös tuhoetaan heti kun sitä ei opinnäytetyötä varten enää tarvita. Haastatteluun osallistujia ei voi tunnistaa tutkimuksen tuloksien perusteella.

Jos kaipaat lisätietoja haastattelusta tai haastattelukysymyksistä, vastaan mielelläni kysymyksiin. Jos mielenkiintosi heräsi ja haluat osallistua tutkimukseeni, niin laita minulle sähköpostia!

Daniela Holmlund      [daniela.holmlund@gmail.com](mailto:daniela.holmlund@gmail.com)

puh: 0409388454

Opinnäytetyön ohjaajana toimii toimintaterapian lehtori Marina Arell-Sundberg [marina.arell-sundberg@arcada.fi](mailto:marina.arell-sundberg@arcada.fi)

Helsinki 15.6.2017

## **BILAGA 2**

### **Suostumus haastatteluun**

Allekirjoittanut antaa suostumuksensa haastatteluun. Haastattelussa kerättyä tietoa käytetään ainoastaan Daniela Holmlundin opinnäytetyötä varten. Olen saanut tietoa tutkimuksen tarkoituksesta ja olen tietoinen haastattelumateriaalin nauhoittamisesta ja analysoimisesta. Tiedän että osallistuminen on vapaaehtoista, ja että saan keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa. Mikäli haastattelumateriaalia on jo ehditty keräämään ennen keskeytystä, voidaan kyseistä materiaalia käyttää opinnäytetyössä.

Annan suostumukseni haastattelua varten ja haluan osallistua haastatteluun.

En halua osallistua haastatteluun.

Allekirjoitus ja nimenselvennys

## **BILAGA 3**

### **Intervjuguide finsk version**

#### **ARKI**

Olemme täällä koska haluaisin kuulla minkälaisia kokemuksia sinulla on työhausta ja siihen liittyvistä aiheista. Käymme läpi erilaisia kysymyksiä liittyen normaaliin arkeen, työhön ja työnhakuun.

-Voisitko aloittaa kertomalla mitä työ sinulle tarkoittaa? onko työ sinulle tärkeää? pitääkö olla esim mieluisa työ jotta sitä jaksaa tehdä tms.

-Haluaisin mielelläni kuulla minkälainen arki sinulla on ? mistä arki sinulla rakentuu? mitä teet esim yleensä päivän aikana/viikon aikana?

-mikä arjessasi on sinulle mieluista?

-mikä arjessasi on haastavaa ollut haastavaa? mihin tarvitsisit tukea?

#### **TYÖNHAKU JA TUKEA**

-Voisitko kuvailla tilannetta kun lähdit hakemaan töitä?mistä aloitit?

-Mikä motivoi sinua työnhakuun? mikä sai sinut hakemaan töitä?

-Jos itse saisit valita asteikolla 0-10 miten aloitteellinen olet ollut töitä hakiessasi, minkä numeron valitsit?

-Mitkä asiat vaikuttavat tähän numeroon?

-Mistä ominaisuuksistasi on ollut hyötyä työhaussa?

-Missä koet tarvitsevasi tukea jotta saisit korotettua numeroa esim 1 pisteellä?

-Keneltä voisit saada tähän tukea? Millä tavalla he voisivat tukea sinua, jotta hyötyisit siitä kaikesta eniten?

-Minkälaista tietoa olet saanut työnhausta? tai siitä miten saada apua työnhakuun? mistä olet tiedon saanut?

-minkälaista tietoa olisit tarvinnut?

-Minkälaista apua olet saanut työnhakuun? -Minkälaista apua koet että olisit tarvinnut? henkistä, konkreettista tms.

-miten mielestäsi hyödyit avusta/tiedosta jota olet saanut? miten/miksi?

-Minkä olet kokenut haastavaksi työnhaussa? Minkä helpoksi? mitä koet että vaikutti siihen että asiat olivat helppoja tai haastavia?

-Oletko ollut työhaastattelussa? jos olet, niin miten koit tilanteen? oliko tilanne miellyttävä/epämiellyttävä?

-Onko työhaastattelussa jokin asia johon tarvitsisit tukea tai harjoitusta?

-Minkälaisessa työssä viihtyisit? minkälaisia asioita tämä työ sisältäisi, jotta se olisi mieluisaa?

-Onko sinulla kokemuksia tai ajatuksia työpaja tyyppisestä toiminnasta?

## **ENNAKKOLUULOT JA TYÖNHAKU ?**

-Miten olet kokenut, että työnantajat ovat suhtautuneet sinuun työnhakijana? oletko saanut jostain palautetta/huomannut jotain tiettyjä asioita

-mielenterveysongelmien kertomisesta työnantajalle on eriäviä mielipiteitä. Minkälaisia ajatuksia tämä aihe sinussa herättää?

**Tabell 7.1**

Meningsbärande enhet	Subkategori	Kategori
<p>”Mutta mitä työ varsinaisesti merkitsee mulle on se, tai mitä työssä on mulle tärkeitä on se, että koen itseni tarpeelliseksi siinä työyhteisössä”</p> <p>”Niin se oli yks kans tärkeä motiivi ja sit nimenomaan se että halus antaa sitä kontribuutiota ja olla tärkeä jossain yhteisössä, ja niinku olla yhteisön jäsen”</p>	<p><b>Att vara betydelsefull</b></p>	<p><b>DELAKTIGHET</b></p>
<p>”Se tarkoituksen puute oli sellanen haastava, että siit helposti tuli sellanen että tunne että millään ei ole mitään väliä tai ei oo itse tärkeä kenellekään... tai ei ole tärkeä osa yhteisöään”</p> <p>”Ehkä just kuulumattomuuden tunne oli vaikee”</p>	<p><b>Att inte tillhöra någonstans</b></p>	
<p>”Sitä herkästi kääntyy sisäänpäin yhä enemmän ja enemmän. Niin tietyl tavalla sellanen mukaan ottava. Siinä kun se kierre voimistaa sellasia epäterveitä tapoja toimia, ja olla ja elää, ja sit se vie niinku suorastaan syrjäyttää. Se vie kauemmaks sellasest muusta elämästä”</p> <p>”Sitä on ollu niin nuori ja siin tarvii kaikkee rohkasuu ja tukee...”</p>	<p><b>Behov av det mentala stödet</b></p>	<p><b>BEHOVET AV STÖD UNDER ARBETSSÖKNINGEN</b></p>

<p>”Tsemppaamaan kun on vähän vaikeempaa ollu ja tulee sellasii kausii, et ite ei oikein jaksa uskoo siihen et mistään tulis mitään, nii siihen. Ku sillon ku ei oikein jaksa olla motivoitunu miinkään, nii sillon on ihan jees ku joku vähän tsekkailee et mitä kuuluu ja koittaa sillon tsempata ja auttaa et saa jotain aikaseks”</p> <p>”Siihen jaksamisen kuitenkin, siinä tilanteessa mä olin toipumassa sellasesta kohtuullisen hevistä masennuksesta, enkä ollut täysin terve vielä, mutta sain sellast tukea ja tsemppiä siihen et jakso lähtee viemään tota prosessii eteenpäin. Et se tuki siihen et ylipäätänsä jakso alottaa ton prosessin niin tuli lähipiiriltä kyllä, ja se oli se mitä mä tarvitsin. Selasta uskoa itseensä ja siihen että on potentiaalisesti tärkeä yhteisön jäsen”</p>		
<p>”Just nimenomaan tietoa eri vaihtoehdoista et millä tavalla ensinnäkin voi työllistyä. Että tässä tapauksessa mä valitsin siis oppisopimuksen, jolla mä nyt sit saan itelleni pätevyyden uuteen ammattiin ja tietoo eri tavoista työllistyä. Tietoa eri tavoista ottaa kontaktia yrityksiin”</p> <p>”Ehkä sellanen et ne jotka on oikeesti jo työelämässä, nii ne kertoo et miten kannattaa oikeesti tehdä hyvä cv. Mitä sä mainitset ja mitä jätät mainitsematta. Riippuen siitä minne sä haet ja miten kannattaa itensä esitellä”</p> <p>”No just sen että esim mitä koulutustarjonta pitää sisällään. Mitä yliopisto on,</p>	<p><b>Behovet av stöd och hjälp</b></p>	<p><b>BEHOVET AV STÖD UNDER ARBETSSÖKNINGEN</b></p>

<p>mitä sieltä löytyy, mitä eri suomen yliopistot tarjoo ja mitä esimerkiks amkit tarjoo. Mitä kaikkee löytyy sieltä ja mitkä amikset on. Sit on kuulema joku työssäoppimissopimuskin olemassa. Mulle ei ikinä oo puhuttu sellasesta”</p> <p>” Ois enemmän sellast toimintaa paikakakunan puolesta et ois auttamassa ja ois näkyvästi auttamassa”</p>		
---	--	--



<p>”No sitä sai kyl tosi paskasti... että mä kahlasin niitä TEn sivuja monta päivää, et mä sain sielt jotain tolkkua ja jonka jälkeen mä vielä kuitenkin soitin vielä sinne TE toimistoon josta ei oikein osattu neuvoa mua”</p> <p>”Esimerkiksi liittyen tohon työllistämistukeen, et ku mä osasin sitä kysyä, niin ne osas mulle sitä tietoa sieltä kaivaa... Mut esimerkiksi sitä työllistymistukea ei ois osannu ees ehdottaa, ellei se työllistämistuen konsepti ois ollu mulle tuttua mun edellisestä elämästä”</p> <p>”Et siis sellain sen tiedon etsimiseen tai mahdollisuuksien tarjoamiseen tai tällaiseen, niin siihen mä en saanu mitään mistään. Vaan ne piti ite kaivaa ja innonvoida ja pohtia ne asiat”</p> <p>”Tietyl tavalla, eihän TE toimistolta saanu niinku mitään vinkkejä mihinkään työhön... Sillon ku mä esimerkiksi ilmottauduin työttömäksi ja mietin et miten duunia sais, tai miten kannattais sitä kokeilla sitä työn hakemista tai saamista nii... eihän siihen tullu yhtään mitään vinkkiä. Ei edes cvn tekoon. Jos ei mulla itellä olis ollu kykyjä tehdä cvtä ja tehdä nettisivuja työnhakuun ja ottaa selvää miten olis potentiaalisia työnantajia, niin mä olisin edelleen siellä sohvalla syrjäytymässä”</p> <p>”Mut eihän työkkärissäkään sanota mitään muuta koulusta ku et se yhteishaku. Et muista hakee yhteishakuun. Ei ne kerro siellä mikä on amk tai mikä on</p>	<p><b>Information gällande arbetssökning</b></p> <p>ar-</p>	<p><b>ERFARENHETER OM AR- BETSSÖKNINGEN</b></p>
---	---	---

<p>amis tai mitä on yliopisto. Ne pitäis kaikki selvittää yksin”</p>		
--	--	--

<p>”Se ku mä olin amiksessa esimerkiks, nii eihän kaikki oo päässy sille alalle töihin. Ne jotka on päässy sille alalle töihin nii on sen takia et ne tuntee jonkun. Koska se menee niin paljon siihen et mistään ilman työkokemusta ei saa töitä. Paitsi jos tuntee jonkun”</p> <p>”..Sit myös se että jossain mollin sivuilla ku kattoo, nii ne kirjottaa jotain mitä jonkun työn pitäis sisältää, nii ne voi olla niin utopisia ne vaatimukset et 10 vuotta työkokemusta ja tällanen koulutus ja tuu kuitenkin ilmaseks”</p> <p>”Siin on just se et työnantajat ei oo niin halukkaita palkkaamaan, ku löytyy sellasia normaalimpia... luotettavampia siihen työhön. Et ei ne oikeen halua palkata sellasta joka tarviis vähän vapaamat kädet niinku just työaikatauluja”</p> <p>”No pelkästään se että työpaikkoja on vähäsen, ja niin paljon hakijoita”</p>	<p><b>Utmaningar med att bli anställd</b></p>	<p><b>UTMANINGAR MED ARBETS-SÖKNINGEN</b></p>
---	---	---

<p>”Jaksaa innostua kirjottaa cvtä ja hakemusta työpaikkoihin jota oli ilmoitettu esim molilla tai monsterilla tai jotain. Se että jaksaa joka kerta soittaa ensin sille rekrytoijalle ja kysyä enemmän siitä tehtävästä”</p> <p>”Se hakemusten kirjottaminen jos se työpaikka ei ollu ihan 10 mitä haluis tehdä, niin ylipäätensä se että ois jaksanu kohdentaa sen cvn ja hakemuksen. Siihen motivoituminen oli tosi vaikeeta ja rehellisesti jäi muutaman kerran tekemättä, vaikka soitinkin johonkin paikkaan, niin en jaksanu tehdä sitä työhakemusta, koska siinä on niin monen tunnin vaiva kuitenkin”</p> <p>”Se on fyysisesti rankkaa tehdä hakemuksia, viedä niitä, tulostella niitä läheteillä työkkäriin niitä... Mut sit sellanen henkinen tuska, ku sun pitää lähettää niitä nii se on ihan ku ois juossu maratonin”</p> <p>”Se että suurimmaks osaks varmaan mä turhaudun aika helposti siihen et mä jonku aikaa oon motivoitunu ja oon lähettäny niitä hakemuksia ja laittanu cvtä, ja mistään ei tuu vastauksia tai kieltäytyvi vastauksii. Se turhauttaa ja vie pitemmän päälle hommasta sen maun. Ja sit ku mulla on toi terveyden-tila mikä on, nii se on kans sellanen mulla vaikuttava tekijä siihen”</p>	<p><b>Utmaningar med att söka arbete</b></p>
---	--










