

# **Kreativiteten som satte fart på själen: En möjlig väg till arbete**

The creativity that set the soul in motion:

A possible path to work

Viktoria Lindén & Charlotte Stensdotter Wikhall

Examensarbete i socialt arbete och socialpedagogik 15 Hp

Socialpedagogiska programmet, 2021

Institutionen för individ och samhälle

Vårterminen 2021

Examinator: Anna Johansson

## Sammanfattning

Syftet med uppsatsstudien är att beskriva hur socialarbetare upplever att användandet av kreativt skapande kan vara ett sätt för långtidssjukskrivna som står långt utanför arbetsmarknaden att närma sig arbete eller annan sysselsättning. Genom kvalitativa intervjuer med sex socialarbetare har detta undersökts. I urvalet av informanter finns socialpedagoger, socionomer samt konstnärer där flera av dem har vidareutbildning inom bildterapi, symbolterapi och samtalsterapi. För att få förståelse för hur kreativt skapande kan vara en väg mot arbetsmarknaden har det undersökts hur skapande används i grupp och hur det i sin tur kan bidra till att den enskilda individen kommer närmare en sysselsättning. Långtidssjukskrivna som står utanför arbetslivet anses löpa risk för att hamna i en negativ spiral som påverkar individen såväl fysiskt, psykiskt som socialt. För att bryta spiralen krävs ofta hjälp och då kan en riktad arbetsmarknadspolitisk insats vara den hjälpen som behövs för att minska risken för marginalisering och utanförskap. Empowerment är uppsatsstudiens teoretiska utgångspunkt, med begrepp och perspektiv så som återhämtning och inlärd hoppfullhet. Uppsatsstudien visar att socialarbetarna upplevde att långtidssjukskrivna genom kreativt skapande i grupp fick ett tryggt socialt sammanhang där de kunde uttrycka sig fritt, hitta sin egen röst och känna meningsfullhet. Vår tolkning är att individerna som deltog i grupperna som ägnade sig åt kreativt skapande fick flera positiva effekter, som att känna sig mer tillfreds med livet, hitta nya vägar och nå ett bättre mående. Detta kunde i sin tur användas som redskap för att kunna ta nästa steg mot arbetsmarknaden. Forskning kring kreativt skapande i socialt arbete är relativt outforskat och vi efterfrågar mer forskning inom ämnet. Exempelvis kan forskning som fokuserar på strukturella utmaningar eller långsiktig hälsa kopplat till kreativt skapande vara till gagn för de som inom socialt arbete vill använda sig mer av kreativt skapande i sitt dagliga arbete.

Nyckelord: Kreativt skapande, långtidssjukskriven, återhämtning, grupp, empowerment, arbete

Först vill vi börja med att säga ett stort tack till vår handledare Kristine. Tack för att du bromsat oss när vi jobbat på för hårt, och tack för att du peppat och trott på oss genom hela processen!

Tack till våra familjer som stått ut med oss när vi bett om input och korrekturläsning, hjälpt oss såväl tekniskt som känslomässigt, inspirerat oss och orkat lyssna när vi inte kunnat sluta prata om kulturens inverkan på samhället.

Ett sista extra stort tack till våra informanter, som gjort den här studien möjlig. Av er har vi fått så mycket kunskap, och ni har inspirerat oss till hur vi i vår framtida arbetsroll kan, eller bör, använda oss av så mycket kreativt skapande som bara möjligt – även om vi i slutändan skulle hamna på försäkringskassan. Hur era hjärtan brinner för kultur har skapat ett stort självförtroende hos oss!

## Innehållsförteckning

<b>Inledning</b>	1
Sjukskrivning och aktivering	1
Det sociala arbetets perspektiv	2
Kultur och hälsa	3
En möjlig väg till arbete?	4
<b>Syfte och frågeställningar</b>	4
<b>Tidigare forskning</b>	4
Kultur och hälsa	5
Psykisk och fysisk hälsa	5
Social påverkan & identitetsskapande	6
Den kreativa insatsens utformning	7
Att vara långtidssjukskriven	7
Aktiveringsprojekt	8
<b>Teori/Teoretiska utgångspunkter</b>	9
Empowerment	9
Socialarbetarens roll i empowerment	11
Återhämtningsperspektiv	12
Inlärld hoppfullhet	12
Teoretiska utgångspunkter i analysen	13
<b>Metod</b>	14
Val av ansats	14
Urval & genomförande	15
Bearbetning/analys	16
Etiska överväganden	18
Tillförlitlighet och äkthet	19
Litteratursökning	20
<b>Resultat &amp; Analys</b>	20
Kreativt skapande som metod	21
Det kravlösa skapandet	21
Skapande som uttrycksform	23

Kreativt skapande som återhämtning	25
Meningsfullt syfte	25
Socialt sammanhang	27
Förändring	30
<b>Diskussion</b>	33
<b>Litteraturförteckning</b>	38
Bilaga 1	42
Bilaga 2	44

## Inledning

Att ta del av konst, vara kreativa och skapa har alltid varit en stor del av oss uppsatsförfattares liv – där den ena har en bakgrund inom skapandet av skönlitteratur och måleri och den andra med bakgrund inom musik – vilket också var det som ledde oss till varandra under studietiden. Med drömmar om att kunna kombinera vårt kulturintresse med det sociala arbetet började vi reflektera över hur kultur och konst används idag inom socialt arbete. Vi diskuterade om kreativt skapande kan användas som metod eller verktyg. När examensarbetet närmade sig såg vi vår chans att utforska ämnet vidare. Vid sökning på nätet kring ämnet hittade vi projekt och insatser som exempelvis “Kultur på recept” och “Kulturunderstödd rehabilitering” (Region Skåne, 2019; Region Jönköpings Län, 2021). Dessa insatser ska med hjälp av konst, skapande och kreativitet främja hälsa och erbjuda en mindre kravfylld väg tillbaka till arbete eller studier för den med stressrelaterade besvär eller psykisk ohälsa. Genom detta fick vi inspiration att söka vidare på hur kreativt skapande kan användas som en arbetsmarknadspolitisk insats. Dessa visade sig existera men inte vara direkt vanligt. Ju mer vi letade kom vi fram till att kultur och hälsa är två begrepp som är mer vanligt att se tillsammans, men hur just dessa hänger samman med att, som projekten ovan benämner, vara en mindre kravfylld väg tillbaka till arbete för den som är långtidssjukskriven, är fortfarande outforskat. Därför bestämde vi oss för att genom denna uppsatsstudie utforska området.

Uppsatsens problemområde, hur långtidssjukskrivna personer via det sociala arbetet genom kreativt skapande kan närma sig arbetsmarknaden, består av flera aspekter. Därför kommer inledningsvis en överblick av områdena *sjukskrivning och aktivering, det sociala arbetets perspektiv, kultur och hälsa* samt hur kreativt skapande kan vara *en möjlig väg till arbete* att beskrivas, för att sedan leda fram till uppsatsstudiens syfte och frågeställningar.

### Sjukskrivning och aktivering

Försäkringskassan har ingen tydlig definition av vad som räknas som långtidssjukskrivning, vilket gör att det heller inte går att redovisa en tydlig siffra på hur många personer som idag är långtidssjukskrivna. I sjukförsäkringssystemet finns dock flera tidsgränser där arbetsförmågan och ersättning bedöms på olika sätt beroende på hur länge individen har varit sjuk och om individen har en anställning, är egenföretagare eller är arbetslös ([www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se)). Exempelvis har man efter 180 dagar endast rätt till sjukpenning om man inte kan utföra något arbete på den vanliga arbetsmarknaden. Sjukpenning, för den som har en anställning, betalas ut av Försäkringskassan när individen varit sjuk i mer än två veckor. Under 2019 betalades sjukpenning ut till 591 000 personer i Sverige. Det är fler kvinnor än män som är sjukskrivna, och nästan hälften av sjukfallen innefattar en psykiatrisk diagnos, bland annat stressrelaterad psykisk ohälsa. Den som blir sjukskriven för en psykiatrisk diagnos är i genomsnitt sjukskriven en längre period än de som sjukskrivs för andra sjukdomar (ibid.).

Den som är arbetssökande och deltar i något utav arbetsförmedlingens program kan få ersättning från Försäkringskassan ([www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se)). Arbetsförmedlingens program är bland annat projekt med arbetsmarknadspolitisk inriktning, förberedande insatser, arbetsmarknadsutbildning, arbetspraktik med mera. Försäkringskassan kan också bistå personer som varit sjukskrivna under en längre tid med en handläggare som hjälper till med att

hitta vägar tillbaka till arbete eller studier för den sjukskrivne. Detta kan innebära anpassningar på den ordinarie arbetsplatsen eller andra rehabiliterande åtgärder (ibid).

Lagen om finansiell samordning av rehabiliteringsinsatser möjliggör för försäkringskassan, arbetsförmedlingen, kommun och region att tillsammans genom samordningsförbund arbeta mot gemensamma mål för individens återgång till arbete ([www.finsam.se](http://www.finsam.se)). Försäkringskassan utreder individens behov av arbetslivsinriktade åtgärder och samordnar insatser och aktörer för att hjälpa individen att återgå i arbete eller annan sysselsättning ([www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se)). En plan för hur individen ska kunna återgå i arbete uppförs där olika insatser ska underlätta för att individen ska kunna börja arbeta igen. Dessa insatser innebär utbildning, arbetsträning eller annan rehabiliteringsåtgärd. Hur dessa insatser används avgörs av handläggaren tillsammans med den sjukskrivne utifrån den sjukskrivnes arbetsförmåga, hälsotillstånd och motivation. Åtgärder som föreslås ska leda till att individen återfår fysisk och psykisk funktionsförmåga så långt som möjligt och ska främja återgång till arbete, vilket även regleras i socialförsäkringsbalken. Den som inte kan återgå till sitt ordinarie jobb kan få hjälp med andra insatser, yrkesvägledning och arbetsträning. Arbetsträning är en rehabiliteringsåtgärd som ofta kombineras med till exempel arbetshjälpmedel, anpassning av arbetsplatsen och arbetstiderna (ibid.).

### **Det sociala arbetets perspektiv**

Socialt arbete verkar för sociala förändringar och utveckling, skydd och stöd för utsatta, social sammanhållning, empowerment och frigörelse av människans resurser (Akademikerförbundet SSR, 2015). Genom att verka för mänskliga rättigheter, social rättvisa och kollektivt ansvar kan det sociala arbetet som en praktikbaserad profession och akademiskt disciplin involvera människor för att påverka strukturer, möta utmaningar och öka välbefinnande. Insatser inom socialt arbete ska ske tillsammans med, snarare än för, människor. Arbetet ska därför fokusera på att stärka och frigöra människors självkänsla och kreativa potential för att kunna utmana förtryck och strukturella orättvisor. Det sociala arbetet ska verka på såväl samhälls- som individnivå (ibid.).

Utifrån Akademikerförbundet SSRs definition av socialt arbete menar Herz (2016) att det sociala arbetet handlar om de sociala orättvisor som drabbar enskilda, familjer, grupper och samhällen. Socialarbetaren kan med sin kunskap bidra till människors möjlighet att leva sitt liv där grundläggande mänskliga rättigheter tillgodoses. Att arbetet har ett mer eller mindre uttalat samhällsuppdrag gör dock att arbetet alltid kommer ha en moraliserande sida, där alla människor ska vara goda samhällsmedborgare och uppfylla rådande ideal. Därför är det viktigt att ständigt inom det sociala arbetet påminnas om att arbetet ska fokusera på de orättvisor som tenderar att drabba vissa mer än andra, samt ta ansvar för de människor som riskerar att bli exkluderade. Socialarbetare bör därmed arbeta kritiskt och reflexivt med ett öppet och aktivt lyssnande, där relationer kan byggas på den enskildes villkor (ibid.).

Genom att se på socialt arbete ur ett socialpedagogiskt perspektiv kan fokus sättas på såväl exkluderingsprocesser som inkluderingsprocesser och betydelsen av dessa (Cederlund & Berglund, 2014). Det innebär att aktivt delta i det förändringsarbete som en individ kan stå inför och då vara lyhörd för hur denne vill ta sig an uppgiften, i stället för att använda de egna lösningarna som en mall för de som behöver hjälp och stöd. Att bryta invanda rutiner och finna

aktiviteter som verkar stärkande är en utmaning i det sociala arbetet. En förutsättning för att kunna bryta rutiner är en tillåtande atmosfär, där deltagare i en insats inom socialt arbete känner sig trygga nog att kunna uttrycka sig fritt. En förutsättning är också att deltagaren har möjlighet att välja aktivitet utifrån sitt egna intresse, t.ex. musik eller annat skapande. Genom att deltagarna ingår i en aktivitet där sammanhanget begripliggörs och utgör en helhet och där delmoment är viktiga för helheten, kan detta leda till att deltagarna försöker få ett bättre grepp om sitt livs helhet. Självkänslan stärks även genom uppskattning ifrån de andra deltagarna, vilket bidrar till att känslan av livskvaliteten ökar (ibid.).

Madsen (2006) beskriver hur en långtidssjukskrivning för många blir en negativ spiral, såväl hälsomässigt som känslomässig, socialt som ekonomiskt. En väg ut ur spiralen kräver ofta stöttning av samhället, men denna stöttning innebär också ofta gemenskaper som inte är självvalda av individen. Den som är långtidssjukskriven riskerar då att bemötas som en representant för en hel grupp och inte som den egna, konkreta individ den är. När individen blir avpersonifierad och ses som en förutbestämd typ finns risk för marginalisering, och att individen också tillslut själv identifierar sig med detta. På detta sätt kan det sociala arbetet vara viktigt för personer som är långtidssjukskrivna och befinner sig utanför arbetsmarknaden, då det sociala arbetet handlar om att uppmärksamma de marginaliserings- och exklusionsprocesser som sker i samhället där individer hamnar utanför samhällets kontroll och räckvidd (ibid.).

### **Kultur och hälsa**

Hälsa är enligt Världshälsoorganisationens (WHO) definition från 1948 “ett tillstånd av fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande, inte endast frånvaro av sjukdom och funktionsnedsättning” (WHO, 2021). Denna definition var när den kom nyskapande, men har på senare tid mött en del kritik då ett fullständigt välbefinnande i princip är omöjligt för de allra flesta i världen (Huber m.fl, 2011). Det gör att nästan ingen kan definiera sig med god hälsa. Därför föreslås hälsa som ett koncept under utveckling, där hälsa idag kan ses som att hitta sin självmedvetenhet, där man kan anpassa sig och hantera sin egen situation, samt hitta en balans i det egna måendet (ibid.). Individens goda hälsa ses vidare gå hand i hand med samhällets sociala och ekonomiska utveckling (Folkhälsomyndigheten, 2015). En god hälsa bidrar till ökad och mer effektiv produktivitet, mindre utgifter för sjukfrånvaro och mindre risk för förlorade skatteintäkter. En god hälsa ses därför som en viktig tillgång och resurs, inte bara för individen utan för hela samhället (ibid.).

Intresset för vilka effekter konst har på välmåendet och hälsa har ökat kraftigt under det senaste årtiondet (Fancourt & Finn, 2018). Konstens och kulturens positiva inverkan på hälsan ses vara applicerbara på den komplexa problematik som långsiktiga hälsofrämjande åtgärder innebär. Det är dock fortfarande brist på evidens inom ämnet kultur och hälsa och därmed också en brist på medvetenhet och kunskap om hur konst kan användas för att främja hälsa. Konst, kultur och kreativt skapande är alla begrepp som rymmer många olika typer av aktiviteter och handlingar. Fancourt & Finn (ibid.) definierar på uppdrag av WHO konst som *scenkonst, visuell konst och design, litteratur, kulturella besök samt digital konst*. Inom detta rymms exempelvis dans, musik, målning, skapandet av skulpturer, skrivande, besöka museum och kulturfestivaler, animation och filmskapande. Inom definitionen rymms inte former som



generellt sett inte anses som konst men ändå kan vara kreativt, vilket inkluderar trädgårdsarbete, matlagning och arkitektur (ibid.).

### **En möjlig väg till arbete?**

Att vara långtidssjukskriven och stå utanför arbetslivet, anses vara en risk för att hamna i en negativ spiral med inverkan på individens hälsa, både fysiskt, psykiskt och socialt. För att ta sig ur spiralen krävs ofta hjälp från samhället, där Försäkringskassan idag har en stor utredande och samordnande roll i hur och om en individ kan ta sig tillbaka till arbetslivet. I media syns dock gång på gång kritik mot både Försäkringskassa och Arbetsförmedling där deras arbete kritiserar (se exempelvis Öberg, 2021; Öbrink, 2021). En arbetsmarknadspolitisk insats som utgår från individens egna förmågor och intressen kan vara en god hjälp för att minska risken för marginalisering och utanförskap, vilket hör till det sociala arbetets grunduppgifter. Konstens påverkan på hälsa är relativt utforskat men börjar i dagsläget bli alltmer intressant för såväl forskningen som samhället att lära sig mer om. Enligt den begränsade forskning som finns skulle kreativt skapande kunna vara en metod för att uppnå ökad hälsa och välmående, vilket skulle kunna bryta den negativa spiralen – för att sedan vara möjlig väg till arbetslivet.

### **Syfte och frågeställningar**

Studiens syfte är att utforska socialarbetarens upplevelse av att använda kreativt skapande som ett sätt för långtidssjukskrivna att närma sig arbetsmarknaden.

För att besvara syftet används följande frågeställningar:

- Hur används kreativt skapande i grupper med individer som står utanför arbetsmarknaden?
- Hur bidrar kreativt skapande till att individer kan närma sig arbetsmarknaden?

### **Tidigare forskning**

Forskning som rör just hur kreativt skapande kan vara en väg till arbetsmarknaden och hur kreativt skapande används inom socialt arbete är svår att hitta. Därför har vi valt att redogöra för forskning som faller inom olika delar av uppsatsstudiens forskningsområde, för att sedan i analysen av uppsatsstudiens resultat koppla samman hur den tidigare forskningen är relevant för uppsatsstudiens problemområde. De områden vi valt att titta närmare på är hur *kultur och hälsa* hänger samman, samt effekterna av *att vara långtidssjukskriven*.

Att vara sjukskriven innebär någon slags påverkan på individens hälsa. Inom kultur och hälsa behandlas därför dels fysisk och psykisk hälsa, hur kreativt skapande påverkar den sociala hälsan och identitetsskapandet hos en individ, samt hur en kreativ insats bör vara utformad för att individen ska kunna vara så delaktig som möjligt. Vidare följer tidigare forskning inom området sjukskrivning för att beskriva den påverkan en sjukskrivning har på en individ, samt vilken inverkan det sociala arbetet som sker genom aktiveringsprojekt har på individen. Där

dessa olika områden möts tror vi uppsatsförfattare att denna uppsatsstudie kan fylla det tomrum som idag existerar i forskningen gällande kreativt skapande som en möjlig väg till arbete.

I denna uppsatsstudie används forskning som är äldre än 10 år, både inom det kreativa skapandet och inom forskning kring arbetslöshet och sjukskrivning. Detta då det fanns svårigheter att hitta enbart nyare forskning som kunde generaliseras mot uppsatsstudiens forskningsområde, exempelvis då forskning om kultur och hälsa ofta berör en specifik typ av kulturell aktivitet och dess effekter hos en viss typ av individ eller grupp. En avvägning gjordes mellan forskningens ålder och vikten av att inkludera både nationell och internationell forskning i uppsatsstudien.

## **Kultur och hälsa**

På uppdrag av WHO har Fancourt & Finn (2018) gjort en översiktsstudie (scoping review) av den forskning som finns tillgänglig angående evidens för om kultur kan påverka hälsan eller ej. I sin granskning, som inkluderar över 900 akademiska texter som i sin tur täcker över 3000 studier, kommer Fancourt & Finn (ibid.) fram till att konst och kultur har flera positiva effekter på människans hälsa, såväl fysiska som psykiska. Författarna kommer fram till att kultur kan verka för bättre hälsa genom en främjande och förebyggande effekt, såsom påverka sociala aspekter av hälsa, uppmuntra till hälsofrämjande beteenden, förebygga ohälsa och även ge stöd till den som ger vård. Vidare menas att konst och kultur även kan användas som metod, behandling och intervention, bl.a. genom hjälp till individer med psykisk sjukdom.

## **Psykisk och fysisk hälsa**

Wang, Mak & Fancourt (2019) har i en longitudinell kvantitativ studie undersökt sambandet mellan att delta i eller utföra en kulturell aktivitet och mental hälsa, välmående och livskvalité. Över 23 000 individer deltog i studien där resultatet visade på att personer som frekvent på något sätt engagerade sig i konst och kultur upplevde lägre ångest, högre grad av mental funktionalitet och var i större mån mer nöjda med livet än de som inte regelbundet tog del av konst och kultur (ibid.). Wheatley & Bickerton (2017) har i en nationell kvantitativ studie som mätt bl.a. livskvalité i relation till balansen mellan arbete och fritid fått liknande resultat; deltagande i kulturella aktiviteter genererar högre livskvalité och ger en högre grad av glädje i jämförelse med de som inte tar del av konst och kultur. Det mentala välmåendet anses påverkas i högre grad av mer regelbundna konstnärliga aktiviteter (Wang, Mak & Fancourt, 2019), medan mer passivt deltagande i kulturaktiviteter, såsom att besöka museum eller titta på teater, ger mer omfattande positiva effekter på livskvalitén utan ett frekvent eller regelbundet deltagande (Wheatley & Bickerton, 2017; Wang, Mak & Fancourt, 2019).

I en kvalitativ studie har Wikström (2004) undersökt vikten av estetiska uttrycksformer bland äldre (65+) i Sverige. Genom semistrukturerade intervjuer framkommer resultatet att kreativa aktiviteter genererar meningsfullhet och kan fungera som ett sätt att initiera möjligheter att vara aktiv. Via konst kan en känsla av tillfredsställelse uppkomma där konsten ses tillföra det lilla extra i vardagen (ibid.). Även Wheatley & Bickerton (2017) menar att meningsfullhet kan skapas genom konst, och att meningsfullheten tydligast uppstår vid kultur som innebär ett eget handlande, som till exempel att spela ett instrument eller skådespela.

Att engagera sig i en kulturell aktivitet kan bli en plats för avslappning och ett sätt att skapa sig en känsla av att fly verkligheten för en stund (Stacey & Stickley, 2010). Detta kan göra det lättare för individen att se sin livssituation som hanterbar, vilket Stacey & Stickley (ibid.) i en kvalitativ studie kommit fram till genom att intervjua personer med mental ohälsa som deltagit i ett konstprojekt med syfte att genom workshops inom konstnärliga aktiviteter ta reda på konstens betydelse för individen och dennes möjlighet att uttrycka sig. Även bland äldre ses konstnärliga uttrycksformer generera en känsla av att tappa tid och rum, där problem och bekymmer som finns i vardagen för en stund kan glömmas bort genom att individen kan bli totalt fokuserad på den kulturella aktiviteten (Wikström, 2004). I en kvalitativ studie där unga deltagit i en gruppintervention med syfte att genom konst öka medvetenhet kring de ungas mentala hälsa beskriver Cole m.fl. (2018) också hur konst upplevs ge en känsla av lättnad och lugn. Stacey & Stickley (2010) menar även att konstens terapeutiska egenskaper i kombination med konst som copingstrategi gör att konst kan användas som ett alternativ till mer vedertagna metoder, såsom medicinering eller samtalsterapi.

### **Social påverkan & identitetsskapande**

I en engelsk studie har ett konstprojekt undersökts genom kvalitativa fokusgruppintervjuer samt genom skriftliga utvärderingar, där personer med, eller med risk för, mental ohälsa eller social isolering genom konst kunde erbjudas en välkomnande och avslappnande plats för stärkande av självförtroende och optimism (Secker m.fl., 2011). Studien visar på att alla deltagare i studien efter konstprojektet kände sig mindre socialt isolerade än de gjort tidigare, då projektet bidragit till ökat självförtroende. Detta hängde samman med att deltagarna upplevde att de blev accepterade så som de var och kunde hitta nya vänskaper. Det nyvunna självförtroendet gjorde också att deltagarna i högre grad kunde uppskatta sig själva och hitta "förlorade" delar av sig själva (ibid.). Stacey & Stickley (2010) menar att engagemang i konstsammanhang skapar en tillåtande atmosfär som gör det lättare att bygga relationer med andra, där också grupptillhörigheten ses som en viktig källa för support och stöd från andra. Genom konstnärliga sammanhang kan interaktion med andra uppstå, sociala nätverk utökas och känslan av grupptillhörighet ökas (Wikström, 2004). Även Wheatley & Bickerton (2017) menar att kultur ger ökade sociala interaktioner.

I arbete med unga vuxna kan konst och kreativitet användas som ett sätt att stärka sin röst och öka det egna engagemanget i sin egen hälsa och vård (Cole m.fl., 2018). Konstnärliga uttryck kan göra det lättare att reflektera över trauman som varit, undersöka nuvarande känslor och tankar samt klargöra egna framtida mål. Detta genom att konst kan vara ett sätt att externalisera, uttrycka och undersöka det inre, men också genom att vara en hjälp till att peka ut vissa hinder som finns för individen. Genom att unga vuxna kan ta del av en konstnärlig aktivitet tillsammans med andra kan stigmatiseringen av ohälsa reduceras, vilket hänger samman med att utövandet av konst ger en stärkt identitet - jag ser mig själv som en konstnärlig individ (ibid.). Att vara en del av en grupp kan därför ses som stärkande i sig, där känslan av grupptillhörighet också leder till en känsla av hopp, men Cole m.fl. (ibid) menar också att just den konstnärliga handlingen tillsammans med andra människor gör att gruppaktiviteten blir mer kravlös och skapar en tillåtande atmosfär där varje individ kan delta på egna villkor. I och med att man som individ tillåts delta så som man är, kan känslan av grupptillhörighet uppstå

även fast den enskilde individen befinner sig i gruppen utan att egentligen utföra någon handling eller tala med de andra gruppdeltagarna (ibid.).

Konst som uttrycksform kan vara ett komplement när ord och verbal kommunikation inte räcker till för att beskriva eller utforska känslor som finns inom en själv (Cole m.fl., 2018; Stacey & Stickley, 2010). Genom att uttrycka sig på ett nytt sätt kan positiva känslor uppstå, där också nya möjligheter att bli förstådd uppstår. Uttryck via konst kan bidra till att förstå något som man tidigare inte förstått, och kan också vara en källa för inspiration och fokus (Cole m.fl., 2018). Secker m.fl. (2011) menar också att kreativt skapande som metod ökar motivationen både till att fortsätta skapa på egen hand, men ökar också drivkraften i livet överlag.

### **Den kreativa insatsens utformning**

Hur den kreativa insatsen är utformad har stor betydelse för hur den tas emot av deltagaren och om deltagaren känner sig delaktig eller ej (Stacey & Stickley, 2010). En viktig faktor i detta är att insatsen är öppen för att den som tar del av aktiviteten får möjlighet att bestämma sina egna mål och själv bestämma vad den vill göra inom verksamhetens ramar. Detta kopplas till hur kreativitet i sig kräver ett visst mått av valfrihet och hur begränsningar kan ha en negativ inverkan på graden av kreativitet (ibid.).

Vidare kan det skapas konflikt inom individen om det konstnärliga uttrycket ska presenteras för andra (Stacey & Stickley, 2010). Det skapade konstverket kommer inifrån individens inre och speglar därför dennes känslor och tankar, vilket gör att känslan av att visa för andra kan kännas exponerad och utlämnande. Samtidigt finns chansen att dela med sig och få positiva kommentarer om det skapats, vilket har ett högt terapeutiskt värde (ibid.). Det kan också finnas en konflikt i att dela med sig av sin konst då ett konstnärligt uttryck för någon kan verka helande, medan samma uttryck för någon annan kan verka triggnande av negativa känslor (Cole m.fl., 2018). En gemensam gruppprocess, där starka band och djupa relationer har en möjlighet att utvecklas mellan gruppdeltagarna, är också viktigt för hur lätt deltagarna anser att det är att dela med sig av sitt kreativa skapande (ibid.).

### **Att vara långtidssjukskriven**

En långvarig frånvaro från arbetslivet, vilket ofta hänger samman med långtidssjukskrivning, innebär ofta även frånvaro från sociala sammanhang, vilket Espvall & Dellgran (2015) beskriver i en mixad studie där kvalitativa intervjuer har blandats med kvantitativa enkäter för att ta reda på hur en långtidssjukskrivning påverkar individens sociala relationer. Även Peterie m.fl. (2019) beskriver hur social isolering är vanligt förekommande hos långtidsarbetslösa. I en kvalitativ studie har 80 personer, som varit arbetslösa i mer än ett år, intervjuats om hur de upplever sina möjligheter att nätverka för att hitta ett nytt arbete. Den sociala isoleringen verkar uppstå efter att individen blivit arbetslös och gör att individens sociala nätverk krymper (Peterie m.fl. 2019), vilket bland annat hänger samman med att den sociala positionen i arbetslivet försvinner (Espvall & Dellgran, 2015). Att sociala kontakter exkluderas eller försvinner ur individens nätverk kan också förklaras av sjukdomsbilden som gör det fysiskt, psykiskt eller emotionellt svårt att hålla kontakten, men kan också bero på praktiska hinder (Peterie m.fl. 2019; Espvall & Dellgran, 2015). Dessa kan vara ekonomiska faktorer då

sjukskrivning/arbetslöshet ofta hänger samman med bortfall av inkomst (ibid.). Detta gör ofta att individen känner skam och skuld över sin situation, vilket gör att vissa relationer både avsiktligt eller oavsiktligt exkluderas från nätverket (Espvall & Dellgran, 2015).

Espvall & Dellgran (2015) menar dock att nya sociala kontakter kan tillkomma under en sjukskrivning, ofta genom självhjälpgrupper eller andra program som individen deltar i. Att umgås med andra som är i liknande situation som en själv kan bidra till känslan av samhörighet och minska känslan av exklusion, där också personer med liknande erfarenheter kan ge bra support till individen (ibid.).

Stigma, skam och misstro är vanligt hos den som är sjukskriven (Espvall & Dellgran, 2015). Att stå utanför arbetslivet kan skapa en misstro till eller ifrågasättande av, både av en själv och av andra, individens arbetskapacitet vilket också bidrar till den nedåtgående spiralen av identitetsförlust, skam och isolering (ibid.). Jönsson (2002) beskriver i en kvantitativ studie hur normen om att följa arbetslinjen och kunna försörja sig själv skapar stigma och skam. Arbetslöshet och bidragsberoende hos en individ bidrar ofta till skamgörande erfarenheter vilket påverkar individens livssituation, där ekonomiska svårigheter i sig också orsakar en förstärkning av den egna skamkänslan. Föreställningar som andra och samhället har om vad det innebär att vara arbetslös kan vidare leda till stigmatisering av individen vilket också gör att individen internaliserar denna stigmatisering om individen inte lyckas leva upp de sociala standarder som ses som normala. Skambeläggningen av arbetslösa ses ha en negativ effekt på individens sociala relationer (ibid.).

Känslan av att göra något meningsfullt är ofta något som kommer av att ha ett arbete (Peterie m.fl, 2019). Att inte ha ett arbete kan då upplevas som att inte vara bidragande till samhället och också skapa en känsla av att arbetslöshet endast är slöseri med tid och resurser, både för individen själv som för andra. Känslan av skam och värdelöshet är därför vanligt förekommande hos den som är arbetslös. Detta kan i sin tur leda till mental ohälsa, såsom depression och stress, vilket ses som ett stort hinder för att ta sig ut på arbetsmarknaden. För att ta sig ut ur denna nedåtgående spiral beskriver Peterie m.fl. (ibid.) hur de arbetslösa har olika strategier, där den mest effektiva är att ägna tid åt sig själv, såsom träning och lyssna på musik eller alla återhämtande aktiviteter, samt att organisera sina dagar för att undvika allt för mycket ostrukturerad tid i hemmet.

### **Aktiveringsprojekt**

Panican & Ulmestig (2011) beskriver i en kvalitativ studie med syfte att undersöka makt och relationer mellan socialarbetare och deltagare i ett kommunalt aktiveringsprojekt att den som är arbetslös både efterfrågar och tvingas in olika typer av aktiveringsprojekt. Projekten är tänkta som ett stöd, då det anses vara viktigt att delta i socialt värdefulla aktiviteter med syfte att återigen kunna etablera sig på arbetsmarknaden. Panican & Ulmestig (ibid.) menar att dessa projekt har som syfte att stödja grupper som på olika sätt inte har samma förutsättningar som andra, där ett delsyfte blir att öka motivationen hos den arbetslöse, samt organisera effektiva arbetsmarknadspolitiska åtgärder. Detta gör att aktiveringsprojekt inte endast blir ett ställe för stöd utan omfattar också en viss kontroll och disciplinering av arbetslösa vilket sker med skiftande maktstrategier. Socialarbetarens roll blir att dels stötta sina klienter men också upprätthålla organisatoriska, ekonomiska och moraliska gränser. Den arbetslöse kan genom

aktiveringsprojekt få tillgång till nödvändiga resurser för att kunna ta sig vidare, men också tvingas in i konstellationer med närvaro och deltagande som krav för att kunna få ekonomiskt bistånd (ibid.).

Att aktiveringsprojekten finns grundar sig i hur den Svenska välfärdsstaten har rollen att värna om jämlikhet och solidaritet, där den goda medborgaren ses vara den som är aktiv och självförsörjande som också både kan och vill ta tillvara på sina medborgerliga förmåner (Panican & Ulmestig, 2011). En självförsörjande individ ses därför inte bara vara till nytta för sig själv, utan också för samhället. Deltagare i aktiveringsprojekt finner dock ofta dessa projekt som ett sätt att bli förvarade under ett visst antal timmar per dag, där det inte ses som särskilt fruktbart att under en dag lägga tid på att söka jobb som individen ändå inte har en möjlighet att få - bara för att kunna fortsätta ta del av det ekonomiska stödet (ibid.). Även Peterie m.fl. (2019) beskriver hur arbetslösa ofta har krav på att delta i välfärds- och aktiveringsprojekt, där de som följd ofta känner sig avhumaniserade och nedvärderade. Genom krav på att delta i möten och träningsprogram samt tacka ja till oavlönade praktikplatser eller dåligt betalda arbeten som inte faller inom individens önskan, upplever de arbetslösa att de är fast i ett byråkratiskt system snarare än att de är på vägen till betalt arbete. Känslan är att ens individ endast handlar om hur den ser ut på pappret och inte om hur den mår eller känner kring sin situation (ibid.). Panican & Ulmestig (2011) menar vidare att det finns det en önskan bland aktivieringsprojektens deltagare att bli mer utmanade genom att få omväxlande uppgifter som kan öka motivation och nyfikenhet.

### **Teori/Teoretiska utgångspunkter**

I detta avsnitt redogörs för hur empowerment kommer fungera som uppsatsstudiens teoretiska utgångspunkt, med återhämtning och inlärd hoppfullhet som begrepp och perspektiv. Teorins roll i uppsatsstudien har vuxit fram i växelverkan mellan problemområdet, det insamlade materialet och uppsatsstudiens syfte.

### **Empowerment**

Empowerment bygger på just power - styrka, makt och kraft, men kopplas också till fenomen och egenskaper som delaktighet, egenkontroll, kompetens och självtillit (Askheim & Starrin, 2007). I slutet på 70-talet blev empowerment en populär term som ofta sågs i diskussion om lokal utveckling, social mobilisering och aktivism vilket skapade en koppling mellan empowerment som idé och hjälp till självhjälp, prevention och intervention, främst inom områden inom hälsa och socialt arbete. Senare har empowerment som teori och begrepp blivit väl vedertaget inom alla områden där man på något sätt arbetar med människor. Begreppet syftar till stärka och stötta personer som på något sätt befinner sig i en utsatt situation, vilket kan innefatta både akuta situationer men också gälla ett långsiktigt arbete för att främja hälsa och välbefinnande. Idag kan empowerment också kopplas samman med att göra sin egna röst hörd, att stärka varandra som grupp och möjlighet till deltagande på lika villkor. En kollektiv empowermentprocess ses ha ursprung ur det mer radikala sociala arbetet, där en kollektiv mobilisering av kraft och resurser kan åstadkomma mer förändring än vad enskilda individer kan göra (ibid.). Empowerment förutsätter en positiv och humanistisk människosyn, då det är

svårt att tänka sig att maktlösa kan få kraft och styrka och kontroll över sitt eget liv, om man inte förutsätter att varje människa är ett aktivt och handlande subjekt som vill och vet sitt eget bästa (Askheim, 2007). Vidare är empowerment centralt i WHO:s definition av hälsa där huvudbudskapet är att hälsa kan uppnås genom att individen själv har makt över de förhållanden som rör dennes egna hälsa. Detta inkluderar att kunna påverka sociala såväl som miljömässiga faktorer – vilket också är aspekter av det som empowerment handlar om (ibid.).

Empowerment syftar till att individen eller gruppen ska få styrka och kraft att sig ur maktlösheten. Genom denna mobilisering av styrka kan hinder motarbetas och inflytande över det egna livet ökas (Askheim, 2007), och när människan ges större förståelse för och lärdom om sin egen livssituation ges också större möjlighet till att åstadkomma förändring och bemästra vardagens utmaningar (Payne, 2015; Askheim, 2007). Detta ökar upplevelsen av kontroll över det egna livet och skapar en tro till att hitta egna lösningar och känna mening med livet (Askheim, 2007). Mobilisering kan ske genom att individen och gruppen ges verktyg och självförtroende när det kommer till att använda den egna makten, men också genom att hjälpa individer till att få kraft att fatta egna beslut och minska personliga och sociala hinder (Payne, 2015).

Moula (2009a) beskriver att det i det sociala arbetet finns flera olika modeller inom empowerment att arbeta utifrån. En av dessa modeller, utarbetad av Dennis Saleebey, fokuserar på styrkebaserad praktik. Detta innebär att fokusera på de resurser som individen besitter, och hur dessa kan användas vid utmaningar, såsom vid trauma, skada och stress. Just denna modell fokuserar också på hur möjligheter ter sig för individen, där förhoppningar och mål kan användas för att mobilisera individens styrkor. Genom att fokusera på beslut, planering och genomförande inför framtiden kan empowerment uppnås. Moula (ibid.) menar också att grunden för att empowerment och förändring ska kunna ske är att möta individen med respekt för dennes uppfattningar, erfarenheter och kunskaper, då dessa faktorer starkt hänger samman med individens identitet. Försök till förändring utan att ta hänsyn till individens egna vilja misslyckas ofta, då förändring endast kan ske genom att individen själv är aktiv när det kommer till integration av nya idéer. Förändringar sker oftast långsamt då individens gamla idéer kommer i konflikt med de nya och att denna konflikt måste lösas på ett tillfredsställande sätt för individen (ibid.).

Genom empowermentfrämjande pedagogik kan exekutiva funktioner hittas och utvecklas (Moula, 2009b). Dessa funktioner används i de mentala processer som vid planering och genomförande av aktiviteter är framstående, vilka således blir viktiga vid framtidsorienterade eller målinriktade aktiviteter. Inom de exekutiva funktionerna ryms självreglerande beteende och förmågan att ta ansvar, och även förmågan att besluta om, påbörja och färdigställa en uppgift. Vidare innefattas förmågan att uppskatta tid och förmågan att hålla information i minnet. Även att vara flexibel, reflekterande och kunna överblicka den egna livssituationen ingår i de exekutiva funktionerna. Dessa färdigheter menar Moula (ibid.) är sådana som behövs för att vara en välfungerande samhällsmedborgare, och är också färdigheter som gör att individen får egenmakt och empowerment. Att individen kan relatera till sin omvärld och de människor som finns i den är också viktigt, vilket gör att förmågan att uttrycka sig och resonera och blir ett sätt att skapa sig egenmakt.

Empowerment på gruppnivå kan inte ske om de individer som ingår i gruppen är passiva eller kraftlösa (Westerlund, 2007). Därför förutsätter en kollektiv empowermentprocess även empowerment på individnivå, och det blir viktigt att utveckla förmågor och stärka makten hos den enskilda individen. Samtidigt kan individen, genom just att vara en del av en grupp, stärkas då samhörigheten bidrar till en känsla av stolthet i den gemensamma kampen mot marginalisering. Genom den kollektiva empowermentprocessen, som innebär minskad social isolering och ökat socialt stöd, ses positiv påverkan såsom ökat självförtroende och välmående, vilket i sin tur skapar större möjligheter för individen att känna meningsfullhet (ibid.).

Karlsson (2006) lyfter dock kritik mot självhjälpsgrupper, som ofta är en del av kollektiv empowerment, och pekar på att om det är ett problem som är den gemensamma nämnaren hos de olika individerna finns risk att gruppen skapar en egen förståelse av verkligheten och att gruppen enas om en generell berättelse. Såväl som det kan verka stärkande kan det även verka förtryckande i och med att den gemensamma föreställningen om problemet kan utesluta andra sätt att se på verkligheten. Det kan även innebära att de lösningar som individen ser handlar om att den egna personen måste förändras, även om det i verkligheten även handlar om samhällliga system som behöver förändras (ibid.). I teorin om empowerment finns även en inneboende motsättning, då empowerment riskerar att ställas mot individens realitet, så som arbetslöshet, sjukdom och funktionsnedsättning (Adams, 2008). Om inte hänsyn tas till både individens svagheter och styrkor, finns risk att det ansvar som läggs på individen att själv skaffa sig empowerment blir övermäktigt. Empowerment kan uppfattas som en paradox om inte begreppet anammar både styrka som svaghet (ibid.).

### **Socialarbetarens roll i empowerment**

Socialarbetarens roll i empowerment kan ses genom det sociala arbetet där det ingår att verka för välbefinnande, vilket görs genom att underlätta för individer och grupper i samhället att kunna utvecklas och uppnå självförverkligande (Payne, 2015). Även Moula (2009b) menar att empowerment, förändring och lärande hör samman och utgör viktiga delar av socialt arbete, då det är först när möjlighet ges som individer har kapacitet att ta till sig ny kunskap och använda denna. Ett empowermentinriktat perspektiv har utifrån detta ett fokus på makt i samhället och vilka svårigheter eller möjligheter det finns för förtryckta grupper eller individer att stärka sin egenmakt (Payne, 2015). Vissa utsatta individer och grupper kommer av strukturella förklaringar inte kunna agera på egen hand, oavsett hur stor förståelse de har av effekterna av och orsakerna till förtrycket. De kan inte heller få större makt, vilket kan handla om ett långvarigt förtryck där människan inte har, eller inte har möjlighet till att utveckla, de färdigheter, den styrka och de resurser som krävs för att kunna åstadkomma den egna förändringen - även fast det är den egna processen som ses som den ultimata empowermenthandlingen. Socialarbetaren kan därför fungera som en representant för maktlösa mot de sociala strukturer som verkar hindrande i samhället, och även verka för att ge makt till de människor som saknar sin egen makt (ibid.).

Att aktivt bekämpa marginalisering och motverka sociala orättvisor och ojämlikhet blir därmed centrala uppgifter för socialarbetaren (Askheim, 2007). Genom att människan sedan får möjlighet till delaktighet, ges även rätten att välja och utrymme för egna åsikter och egen



påverkan. Socialarbetaren kan här stötta individer i att fatta beslut som påverkar dennes livssituation och identifiera möjligheter som kan bidra till ökad livskvalité (ibid.). Genom att socialarbetaren lämnar över makt till individen finns också möjlighet till egenmakt, vilket också gradvis kan leda till mer permanent egenmakt och kontroll över sitt liv (Payne, 2015). Målet med empowerment inom socialt arbete blir att individen ska kunna hantera sin situation på ett tillfredsställande sätt utan professionell hjälp, vilket kan ske genom en form av förändringsprocess där individen lär sig upptäcka de egna kapaciteterna och där igenom bli oberoende från samhälleliga insatser (Moula, 2009b).

### **Återhämtningsperspektiv**

Återhämtningsperspektivet inom empowerment handlar om det som har varit till hjälp för individen inom återhämtningsprocessen (Arnoldsson & Moula, 2009). Inom återhämtningsprocessen finns möjlighet att hantera svårigheter genom att söka efter meningen med de svåra erfarenheterna, vilket gör att förståelsen ökar och situationen blir mer hanterbart – som i sin tur skapar egenmakt och empowerment (Schön, 2012). Återhämtningsprocessen är djupt personlig och innebär förändringar av de egna rollerna, attityderna, känslorna och målen. Detta leder till en process som ger tillfredsställelse och hoppfullhet och möjliggör för individen att leva ett konstruktivt liv, även om begränsningar så som sjukdom finns. Individens egna erfarenheter, kompetenser och kunskaper blir således viktiga inom perspektivet, och är det som socialarbetaren utgår ifrån när det kommer till hur individen ska leva sitt liv, där insatserna ska utformas utifrån individens vilja. Återhämtningsperspektivet fokuserar även på framgångar inom den sociala sfären samt på de prestationer inom områden som individen definierar som viktiga (ibid.).

Faktorer som påverkar återhämtningen kan delas in i fyra grundpelare (Schön, 2012). Den första handlar om individens omdefiniering av sin hälsa och hur denna påverkar individen, där individen kan se att den egna hälsan inte är hela personligheten. Att individen får syn på andra sidor hos sig själv och kan skapa en ny mening i sitt liv utifrån dessa skapar självacceptans. Därför ses betydelsen av hopp som nödvändigt för återhämtning. Den andra grundpelaren i återhämtningsprocessen är stöd från andra, dels från anhöriga och vänner men även från professionella. De professionella behöver i återhämtningsprocessen vara givare av hopp och flexibla i hur det individuella stödet ska utformas. Relationen mellan den professionelle och den individ som behöver stöd måste vara ömsesidig där makten fördelas mellan parterna. Att hantera sina symtom är den tredje grundpelaren, vilket handlar om att hitta strategier för att nå de egna målen snarare än att bli av med symptom. Den fjärde grundpelaren handlar om att individen får möjlighet att vara i en meningsfull och återhämtningsfrämjande aktivitet där den egna sociala rollen kan expandera (ibid.).

### **Inlärd hoppfullhet**

När framtida händelser förväntas vara inom den egna kontrollen skapas det som Zimmerman (1990) benämner som inlärd hoppfullhet. Genom tidigare upplevelser av ett positivt orsakssamband mellan kontroll och handling skapas positiva förväntningar inför framtiden. Zimmerman (ibid.) menar att människan genom känslan av empowerment, där möjlighet till utveckling av förmågor och en ökad känsla av kontroll funnits, kan hjälpa individer att hantera

framtida stress och problem i vardagen. Den upplevda kontrollen i livssituationen är en primär variabel både när det kommer till inlärd hoppfullhet och dess motsats inlärd hjälplöshet (ibid.). Inlärd hjälplöshet innebär att en individ som regelbundet utsätts för oförutsägbarhet eller situationer som inte är kontrollerbara till slut tappar förmågan att ta sig förbi dessa hinder – individen ser inte längre att det är någon idé med att ens försöka överkomma det okontrollerbara (Maier & Seligman, 1976). Detta innebär att individens motivation, handlingskraft, kognitiva och emotionella förmågor påverkas negativt, vilket orsakar depression, likgiltighet och uppgivenhet (ibid.).

Inlärd hjälplöshet tar sig uttryck hos individer genom att dessa inte ser någon mening i att ta sig an sin situation utifrån tidigare erfarenheter av misslyckanden och känslan av att allt är meningslöst (Adams, 2008). Detta leder till att individen ger upp innan denne har försökt och då försätts i ett psykologiskt paralyserat tillstånd. Att arbeta med att ge individer empowerment handlar därmed mycket om en form av psykologisk empowerment där individen får möjlighet att arbeta med sitt kognitiva beteende och få mer vilja och egenmakt. Socialarbetaren behöver initialt förmedla optimism varpå inlärd hoppfullhet kan möjliggöra förändringsarbete (ibid.).

Zimmerman (1990) menar att det finns en direkt koppling mellan inlärd hoppfullhet och att vara delaktig i aktiviteter tillsammans med andra och att inte uppleva sig själv som marginaliserad. Att få förståelse för sig själv och den egna situationen samt hur framtiden skulle kunna se ut ökar individens psykologiska empowerment, vilket handlar om hur individen får förtroende för sig själv samt den egna kapaciteten och resulterar i en förmåga att kunna handla proaktivt. Kopplingen mellan beteende och upplevd kontroll är för individen att fokusera på positiva konsekvenser av sitt eget utövande av det egna handlandet. Med erfarenhet av positiva händelser förbättras individens känsla av kontroll och att själv kunna lösa problem och hantera stress i vardagen (ibid.).

### **Teoretiska utgångspunkter i analysen**

Empowerment genomsyrar både det sociala arbetet, den tidigare forskningen kring ämnet och de intervjuer som genomförts. Utifrån återhämtningsperspektivet är dock inte empowerment uppnåbart om inte möjlighet till återhämtning finns. Genom empowerment finns sedan möjlighet att utveckla inlärd hoppfullhet. Detta gör att empowerment i analysen har en självskriven plats och används som en röd tråd – där återhämtning ses som det grundläggande perspektivet av de effekter som kreativt skapande har, och inlärd hoppfullhet ses som resultatet av den empowerment som skapas genom skapandet. Genom att under analyseringsarbetet använda empowerment, återhämtning och inlärd hoppfullhet som teoretiska utgångspunkter och perspektiv kunde en djupare förståelse för kreativt skapande som insats och resultatet av empirin skrivas fram.

## Metod

### Val av ansats

Den kvalitativa forskningen fokuserar oftast på ord och tolkningen utifrån dessa snarare än att fokus ligger på siffror (Bryman, 2018). Denna typ av forskning hänger också samman med samhällsvetenskaplig forskning där objektet som undersöks (människan och dess sociala omgivning) tillskriver mening till sin omgivning, vilket inte sker inom den naturvetenskapliga forskningen som är mer kopplad till en kvantitativ ansats. Vidare utgår ofta den kvalitativa forskningen utifrån undersökningspersonernas perspektiv samt deras åsikter och uppfattningar (ibid.).

Jämfört med kvantitativa metoder är forskare inom den kvalitativa metoden mer benägna att fokusera på deskriptiva detaljer och förklaringar med fokus på varför-frågor där en kontextuell förståelse för problemområdet och det sociala beteendet är viktig (Bryman, 2018). Den kvalitativa ansatsen är flexibel för att kunna bemöta den sociala verkligheten, men blir också ibland kritiserad för att vara subjektiv och svår att generalisera och replikera. Dock är det inte den kvalitativa ansatsens mål att vara generaliserbar mot en viss grupp eller population. Istället är det viktigt att den kvalitativa forskningen kan generaliseras till teori, och innehar teoretiska slutsatser av hög kvalité samt har hög transparens och uppfyller de krav på tillförlitlighet och äkthet som ställs (ibid.). Då uppsatsstudiens syfte är att ta reda på socialarbetarens *upplevelse* av att använda kreativt skapande i socialt arbete har vi valt en kvalitativ ansats, då det ses av vikt att få ett djupt material snarare än brett, där en större förståelse för ett visst fenomen kan uppstå. I denna uppsatsstudie har uppfattningen av sambandet mellan teori och forskning skett induktivt. Bryman (2018) beskriver det induktiva angreppssättet som att skapa generaliserbara teoretiska slutsatser utifrån de observationer eller intervjuer som gjorts, vilket också ofta är en strategi som ofta sammankopplas med kvalitativ forskning. Nilsson (2014) menar dock att det i de flesta studier sällan är renodlat induktiva eller deduktiva i sitt angreppssätt, men att angreppssättet ofta rör sig mer åt det ena eller andra hållet. I denna studie har teori genererats utifrån det insamlade materialet, med en tanke om att inte låta uppsatsförfattarna förförståelse för någon viss teori påverka exempelvis vilka frågor som ställdes till undersökningspersonerna.

För att samla in data genomfördes kvalitativa enskilda intervjuer. Genom kvalitativa intervjuer för datainsamling finns stort utrymme för den som intervjuas att förklara tankar och känslor kring studiens tema (Nilsson, 2014). Detta öppnar upp för tolkning och möjligheten att finna djupare mening i materialet, vilket kan bidra till djupare förståelse för komplexa fenomen. Att använda sig av kvalitativa intervjuer och data är också bra metoder där det saknas kunskap om fältet, då den insamlade datan kan bidra till en mer utförlig beskrivning av utforskade fenomen samt bidra till kartläggning av begrepp och teorier som finns inom forskningsfältet (ibid.). Vidare valde vi att använda oss av halvstrukturerade intervjuer. Denna typ av intervju har sin grund i ett antal förutbestämda frågor eller teman vilket gör att intervjuaren löper mindre risk att ställa ledande eller oklara frågor samtidigt som intervjuens trovärdighet stärks då strukturen på förväg är delvis bestämd, men metoden är också flexibel för att ge möjligheten att fördjupa sig i något ämne eller tema under intervjuens gång (Nilsson, 2014).

## Urval & genomförande

Socialarbetare som använder sig av kreativt skapande för långtidssjukskrivna som en arbetsmarknadspolitisk insats är inte särskilt många. Därför fanns det inte möjlighet för oss att på något sätt göra ett val bland ett antal möjliga informanter, utan genom att söka på internet, utforska befintliga kontakter och be informanter att tipsa oss om andra personer som kunde vara relevanta som informanter. Urvalet kan därför liknas vid ett snöbolls- eller kedjeurval, vilket av Bryman (2018) beskrivs som ett urval där ett mindre antal personer först kontaktas, och där dessa sedan kan förmedla fler aktuella informanter till forskaren. Denna urvalsmetod är lämplig när det är ett visst nätverk av individer som är i fokus för studien, men är mindre lämplig vid en studie som ämnar att vara representativt för en hel population. Detta gör att snöbollsurvalet lämpar sig bättre för kvalitativa studier snarare än kvantitativa. Urvalet för denna studie faller delvis inom snöbollsurvalet, men också inom det som Bryman (ibid.) benämner för tillfällighetsurval, som består av personer som helt enkelt finns tillgängliga för forskaren, vilket kan vara ett resultat av det inom det tänkta forskningsområdet inte finns tillräckligt många eller lämpliga personer för att göra någon annan typ av urval. Snöbollsurval och tillfällighetsurval är två urvalsmetoder som ofta förekommer tillsammans (ibid.).

Initialt blev fem stycken informanter aktuella för uppsatsstudien. Två av dessa var redan befintliga kontakter som en av uppsatsförfattarna kommit i kontakt med via utbildningen på Högskolan Väst, en togs kontakt med efter sökning på internet efter relevanta verksamheter för uppsatsstudien, en blev vi tipsade om via en bekant, och en föreslogs av en annan informant. Dessa fick ta del av ett informationsbrev med en förfrågan om att delta i studien, och alla fem tackade ja till deltagandet. Ytterligare en person som fått del av information om uppsatsstudien via en kollega hörde sedan av sig och ville delta som informant, vilket gav oss sex informanter. Enligt Bryman (2018) finns inga exakta gränser för hur många informanter som krävs för att uppnå teoretisk mättnad, det vill säga, när ingen ny eller relevant data tillkommer eller relationen mellan olika kategorier är etablerade och validerade. Urvalets storlek beror därför på studiens omfång. Ju mindre urval är ökar möjligheterna att skapa relationsnära undersökningar och därmed få fram mer detaljerad data, vilket också bör avvägas i samband med valet av antal informanter (ibid.).

I uppsatsstudiens urval finns socionomer, socialpedagoger, konstnärer och egenföretagare med flerårig bakgrund inom socialt arbete. Flera av informanterna har utbildningar som kompletterar grundutbildningen, så som samtalsterapeut, symbolterapeut och utbildning inom bildterapi. Informanterna faller inom de grundantaganden som Björktomta & Arnsvik (2016) definierar att en socialarbetare bör stå för – principer om alla människors lika värde, demokrati, jämställdhet och humanitet – även fast de har olika titlar. Informanterna hade gemensamt att de jobbar med individer som under en längre tid inte arbetat på grund av någon form av ohälsa, vilket gör att dessa individer benämns som långtidssjukskrivna. Gemensamt för verksamheterna är att de långtidssjukskrivna hänvisats dit via Försäkringskassan eller Arbetsförmedlingen. Individerna kunde dock benämnas vara olika långt ifrån arbetsmarknaden. Tre av informanterna arbetade på samma arbetsplats.

Fem av intervjuerna genomfördes av båda uppsatsförfattarna, och en genomfördes med endast en uppsatsförfattare på grund av sjukdom. Intervjuerna gjordes under slutet av april och

början av maj 2021. Inför intervjuerna fick informanterna skriftligt och muntligt bekräfta att de tagit del av det informationsbrev som tidigare lämnats ut, vilket beskrev uppsatsstudiens syfte, hur genomförandet skulle ske samt hur studien förhåller sig till forskningsetiska principer samt Dataskyddsförordningen (GDPR). Informanterna fick även godkänna att intervjun spelades in. Två intervjuer genomfördes via videosamtal och fyra genomfördes fysiskt. Intervjuerna pågick mellan 50-70 minuter. Efter genomförda intervjuer transkriberades materialet näst intill ordagrant där ord eller fraser som informanten betonade ströks under och pauser skrevs ut. Vissa handgester och annat kroppsspråk som ansågs markera när informanten ville förtydliga eller markera något togs med i transkriberingen. Materialet skrevs ut i fysisk form för att sedan analyseras.

Inför intervjuerna hade en intervjuguide förberetts med teman och frågor som utgick ifrån studiens syfte och frågeställningar, vilket Bryman (2018) rekommenderar då detta underlättar för att sedan faktiskt kunna få sina frågeställningar besvarade. Upplevelsen var att denna intervjuguide efter ett par intervjuer blev mindre viktig, dels då frågorna och de övergripande temana memorats utantill, och dels då det föll sig naturligt att fråga vidare utifrån samtalet snarare än formuläret vilket innebär att exempelvis sista frågan i formuläret kunde passa bättre att ställa i mitten av intervjun. Det handlade också om att intervjurollen blev allt mer bekväm och vi uppsatsförfattare vågade ställa fördjupande följdfrågor för att utforska informanternas svar och erfarenheter av vissa fenomen. Känslan var att det var lättare att utföra intervjuer fysiskt än via videosamtal, samtidigt som vi uppsatsförfattare inte upplever att hur intervjuerna utfördes påverkade slutresultatet. Intervjuerna i fysiskt format innehöll mer småprat än de digitala, vilket ansågs vara givande för relationen och förtroendet för varandra, och det var lättare att läsa av kroppsspråk samt "läsa mellan raderna" i de fysiska intervjuerna. Dock var det inte ett alternativ att genomföra alla intervjuer fysiskt på grund av Covid-19-pandemin vi befinner oss i. Vi som intervjuare gav informanterna möjligheten att själva välja den intervjuform som de kände sig mest bekväma med, vilket också ökade våra möjligheter att faktiskt genomföra intervjuer trots det pandemiläge vi befinner oss i.

## **Bearbetning/analys**

Ett utav de vanligaste sätten att analysera kvalitativ data är genom tematisk analys (Bryman, 2018). Tematisk analys innebär att i det insamlade materialet koppla samman exempelvis nyckelord och viktiga iakttagelser till gemensamma kategorier och sammanhang där sedan teman utifrån forskningens fokus kan fås fram. Utifrån tidigare forskning och teori, men även utifrån det enskilda temat i sig eller kopplingarna dem emellan, kan de teman som framkommit analyseras och diskuteras för att få fram mening och betydelse (ibid.). Braun & Clarke (2006) beskriver hur tematisk analys är relativt lätt att ta till sig, vilket gör att metoden lämpar sig bra för personer med lite eller ingen tidigare erfarenhet av att analysera kvalitativt material. Detta gör att metoden lämpar sig bra för denna uppsatsstudie där vi författare inte sedan tidigare har erfarenhet av att bearbeta och analysera insamlat kvalitativt material.

Teman kan fås fram genom att i bearbetningen av det insamlade materialet vara uppmärksam på bland annat repetitioner av händelser, ord och fraser, men också genom metaforer och lokala uttryck. Teman kan också fås fram genom att jämföra olika intervjuer

eller annat insamlat material för att hitta likheter och skillnader mellan dessa. Bryman (2018) menar dock att till exempel repetitioner i sig inte automatiskt innebär ett tema, utan att det också är relevant att i talat språk ta hänsyn till exempelvis tonfall för att avgöra vad som kan ses som ett tema eller inte. Det handlar också om att avgöra vad i det insamlade materialet som fångar det som är viktigt i relation till studiens övergripande syfte, vilket inte behöver hänga samman med hur många gånger det uppkommit i materialet. Det är viktigt att innan analysen påbörjas välja om man vill ta sig an materialet på ett semantisk eller en latent nivå, där det semantiska angreppet endast fokuserar på det som faktiskt sagts eller skrivits, medan det latent även fokuserar på underliggande idéer, antaganden och ideologier (Braun & Clarke, 2006). I denna uppsatsstudie valde vi att ta oss an materialet på latent nivå, då vi ansåg att det kunde ge oss ett mer djupgående material, samt ge oss en större möjlighet att tolka materialet.

En svårighet med att använda sig av tematisk analys är att metoden enligt Bryman (2018) saknar tydlig bakgrund och tydliga tekniker över hur metoden ska användas. Utifrån detta hävdar Bryman (ibid) att forskare ofta säger sig använda sig av tematisk analys, men att de inte kan argumentera för eller bevisa att de faktiskt använt sig av metoden. Därför lyfter Bryman (ibid) vikten av att ha noga genomarbetade teman för att kunna bevisa att de faktiskt är betydelsefulla och framtagna av en anledning. De slutsatser, samband och konsekvenser som kommit fram utifrån de olika temana ska kunna säkerställas och garanteras vara relevanta för forskningen och även kunna kopplas till tidigare forskning och litteratur. Även Braun & Clarke (2006) betonar vikten av att som forskare vara tydlig och transparent med hur olika teman tagits fram och varför, då det annars är svårt att värdera eller jämföra arbetet med andra studier.

Den tematiska analysen kan enligt Braun & Clarke (2006) genomföras i sex steg, där det första steget är att göra sig bekant med det insamlade materialet genom att transkribera och läsa igenom materialet ett par gånger, för att sedan i det andra steget börja koda materialet efter vad som känns intressant och relevant för studien. I uppsatsstudien transkriberades materialet för att sedan läsas igenom ett par gånger. Materialet skrevs ut för att ge utrymme för att anteckna i marginalen samt markera viktiga delar. Sedan gjordes en kodning där det i varje stycke lyftes ut ord, begrepp eller skrevs korta sammanfattningar av det som kändes viktigt och relevant, både utifrån uppsatsstudiens syfte men också utifrån vad som informanterna i det insamlade materialet upplevdes betona som viktigt. I det tredje steget beskriver Braun & Clarke (ibid.) att teman kan börja utläsas utifrån de koder som gjorts, vilket i uppsatsstudien resulterade i sex teman som i det utskrivna materialet färgmarkerades i olika färger för att göra materialet mer överskådligt.

Steg fyra beskrivs som att backa tillbaka och granska de teman som skapats utifrån koderna och materialet i sin helhet (Braun & Clarke, 2006). I detta steg upptäcktes att de teman som tidigare framkommit var otydliga och ibland svåra att skilja varandra åt, vilket gjorde att en viss förändring i teman gjordes där vissa slogs ihop och vissa togs bort. Att visa teman togs bort var då dessa teman inte sågs som relevanta för studiens syfte, och att det på grund av uppsatsstudiens tidsomfång hade blivit allt för stora och tidskrävande områden att utforska. I steg fem kunde mer tydligt definierade teman som var mer skilda från varandra utläsas, vilket också är det som Braun & Clarke (ibid) förespråkar. Dessa teman färgmarkerades ytterligare

en gång och viktiga citat som ansågs relevanta och talande för temat markerades. I steg sex skrevs själva analysen av det insamlade materialet (ibid.).

### **Etiska överväganden**

Det är av stor vikt att forskning utförs med hög kvalitet, då det i dagens samhälle ställs höga förväntningar på väl genomförd forskning (Vetenskapsrådet, 2017). Det förväntas att forskaren tar ett särskilt ansvar för de som medverkar i forskningen men också för de som indirekt påverkas av forskningen, samt att forskaren är öppen med utgångspunkter, metoder och resultat (ibid.). Genomgående genom studien har Vetenskapsrådets forskningsetiska principer följts; *informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet samt nyttjandekravet.*

*Informationskravet* innebär att de medverkande i studien ska vara väl insatta i studiens syfte, vad en medverkan innebär samt vara väl medvetna om att deltagandet är helt frivilligt och närsomhelst kan avbrytas utan vidare anledning (Vetenskapsrådet, 2017). Detta följdes genom att varje deltagare dels tog del av ett informationsbrev som innehöll information om studien och dess syfte, samt att varje intervju inleddes med en kort beskrivning av studiens övergripande tema. *Samtyckeskravet* syftar till att studiens deltagare utifrån informationen som givits ska ge sitt samtycke till att delta (ibid.). Inom detta faller att deltagaren behöver ge sitt samtycke till att intervjun spelas in. Inför varje intervju fick informanten skriva under en samtyckesblankett som bekräftade detta. I de fall som intervjun genomfördes via videosamtal gavs samtycket dels muntligt men också via att informanten svarade skriftligt via mail.

Kvale & Brinkman (2014) lyfter att det kan finnas en konflikt mellan samtycke och att inte vilja avslöja hela forskningens syfte för deltagaren, vilket gör att det inom kvalitativ forskning kan vara svårt att förhålla sig till kravet på det informerade samtycket. Fullständig information om studien och dess syfte skulle kunna påverka deltagaren, och där informationen i sig kan göra att denne beter sig eller svarar på ett visst sätt. Det informerade samtycket kan också vara problematiskt då forskaren själv kanske inte i förväg vet hur intervjun eller observationen kommer att utvecklas, och vilka konsekvenser detta skulle kunna få för deltagaren. Den senare problematiken var för oss viktig att tänka på då vi i vår studie ämnade att beröra ämnen inom hälsa och personliga upplevelser hos deltagarna, vilket skulle kunna vara mer eller mindre känsligt på ett personligt plan även för informanterna. Även fast vi inte tänkt att prata med informanterna om deras egna hälsa eller erfarenheter av att använda kreativitet för eget bruk, var vi medvetna om att allmänna frågor om känslor och upplevelser kring skapande och hälsa skulle kunna göra att informanten självmant började prata om sig själv och egna erfarenheter, vilket skulle kunna ha en negativ påverkan på de vi intervjuade. Genom att i förväg vara medveten om detta under intervjuerna kunde vi ställa frågor som inte rörde informantens egen erfarenhet och hälsa, och också vara vaksamma på om ämnet skulle behöva avstyras eller intervjun avbrytas om samtalet skulle komma att bli allt för känsligt.

*Konfidentialitetskravet* innebär att de uppgifter som lämnats i förtroende inte ska spridas och att materialet ska skyddas från att obehöriga kan ta del av det, samt inte röja informanternas identitet. Detta innebär att vi valt att inte nämna våra informanter vid namn, och inte heller ange arbetsplats eller ort. Den fjärde och sista principen, *nyttjandekravet* innebär

att forskningen och dess insamlade data endast ska användas i forskningssyfte, och inte användas för icke vetenskapligt eller kommersiellt bruk (Vetenskapsrådet, 2017). Vi har även förhållit oss till Dataskyddsförordningen (GDPR) bestämmelser om skydd och behandling av personuppgifter, vilket bl.a. innebär att vi inte samlat in mer uppgifter än vad som krävts och att uppgifterna inte heller sparats längre än vad som är nödvändigt för ändamålet. Enligt GDPR (Integritetsskyddsmyndigheten, 2016) får inte känsliga personuppgifter registreras och behandlas, vilket inkluderar uppgifter om enskildas hälsotillstånd. På grund av GDPR samt de forskningsetiska principerna har vi inte intervjuat personer som själva är eller varit långtidssjukskrivna och tagit del av en kreativ insats för att närma sig arbetsmarknaden. Detta hade såklart varit ytterst intressant och relevant för studiens syfte, men det hade varit näst intill omöjligt att prata med dessa individer utan att beröra den enskildes hälsa.

### **Tillförlitlighet och äkthet**

Inom den kvalitativa forskningsansatsen används ofta begreppen tillförlitlighet och äkthet för att beskriva det som inom kvantitativa metoder benämns som validitet och reliabilitet (Bryman, 2015). Validitet och reliabilitet inom den kvantitativa ansatsen handlar om att beskriva forskningens kvalitet genom att visa på mätningens pålitlighet, stabilitet och att stärka att man faktiskt mäter det man säger sig mäta. Mätning i den kvalitativa arbetet är inte det främsta intresset, samtidigt som det i den kvalitativa studien finns samma krav på att kunna etablera och bedöma kvalitet i arbetet på samma sätt som den kvantitativa forskningen. Därför har tillförlitlighet och äkthet vuxit fram som begrepp inom den kvalitativa forskningen. Tillförlitlighet kan delas upp i fyra kriterier; *trovärdighet* och *överförbarhet* som en motsvarighet till validitet, och *pålitlighet* som en motsvarighet till reliabilitet. Det finns även ett behov att kunna *styrka och konfirmera* sitt material, vilket kan ses som en motsvarighet till objektivitet (ibid.).

*Trovärdighet* syftar till att kunna säkerställa att forskning utförts enligt de regler som finns (Bryman, 2015). Detta har i uppsatsstudien gjorts genom att följa de regler och riktlinjer som finns, vilket handlar om de forskningsetiska principerna, GDPR samt riktlinjer från Högskolan Väst. Under arbetets gång med uppsatsstudien har vi uppsatsförfattare haft regelbunden handledning och möjlighet att diskutera dessa regler och riktlinjer för att säkra att dessa följts på ett korrekt sätt. *Överförbarhet* handlar om att förmedla ett djupt material med täta beskrivningar och fylliga redogörelser för de fenomen som studerats (Bryman, 2015). Detta skapar en möjlighet för andra än forskaren att bedöma om resultatet är överförbart till andra miljöer. *Pålitlighet* berör att i forskningen redogöra, fullständigt och tillgängligt för forskningsprocessens alla faser (ibid.). Överförbarhet och pålitlighet i uppsatsstudien stärks genom att det i metoddelen redovisas för hur studiens arbetsprocessen sett ut. Som bilaga finns intervjuguiden där frågorna som ställts till informanterna finns för att kunna verifiera att dessa är objektivt ställda och utan syfte att påverka informanterna. Uppsatsstudien är slutligen granskad av två opponenter samt en examinator vid Högskolan Väst.

Möjlighet att *styrka och konfirmera* handlar om att forskaren, som i kvalitativ forskning inte kan garantera fullständig objektivitet inom samhällsrelaterad forskning, kan påvisa att den inte styrts av personliga värderingar eller på annat sätt inte agerat i god tro (Bryman, 2015). Genom



att under hela arbetets gång ha en medvetenhet kring att både uppsatsförfattare och informanter har en positiv grundsyn på hur kreativt arbete kan användas inom socialt arbete, har det funnits ett kritiskt förhållningssätt och ett öppet sinne för informanternas tankar och åsikter likväl för de resultat som tidigare forskning pekat på. Att vi uppsatsförfattare har varit medvetna om vår egen hållning och flertalet gånger resonerat kring det samt lyft detta faktum med handledaren har gjort att vi haft lättare att förhålla oss kritiska genom arbetet med uppsatsstudien. Forskningen behöver också kunna visa på *äkthet* i forskningen (Bryman, 2015). Äkthet syftas till att ge en rättvis bild av de åsikter och uppfattningar som finns inom det undersökta problemområdet. Det innebär också att forskningen ska bidra till att människor som omfattas eller berörs av forskningen ska kunna vara till nytta för dem (ibid.). Detta har gjorts genom att bland annat redovisa för så relevant forskning som möjligt och styrka resultatet genom citat från informanterna. Denna uppsatsstudie kan vidare vara till nytta för de informanter som deltagit, då de får bekräftat att det finns fler socialarbetare som på olika sätt använder sig av kreativt skapande, vilket skapar möjligheter för att utveckla den egna verksamheten. Detta genom att inspireras och ta lärdom av hur andra arbetar med kreativt skapande som insats. Uppsatsstudien kan också vara till nytta för andra verksamma inom socialt arbete som är nyfikna på hur kreativt skapande kan användas och vilka effekter det kan ha på den enskilda individen. Ämnet som uppsatsstudien berör är outforskat, vilket gör att denna uppsatsstudie kan inspirera och få igång tankar som i framtiden kan leda till att mer omfattande forskning kring ämnet görs.

### **Litteratursökning**

För att söka tidigare forskning kring problemområdet har vi använt oss av databaser som *Sociology Source Ultimate*, *ERIC* och *APA Psycinfo*. Vi har också använt oss av Högskolan Väst biblioteks sökfunktion som söker via alla databaser tillgängliga, då det varit svårt att hitta relevant forskning. Vid sökning användes främst vissa nyckelord i olika kombinationer för att hitta forskning. Nyckelorden användes också både på svenska och engelska. En del av den använda forskningen och övrig litteratur har hittats via forskning och andra studiers litteraturlistor.

Nyckelord: *art, expressive arts, creativity, creative, social work, health, unemployment, long term sick leave*

### **Resultat & Analys**

Vid vår analys av intervjuerna framkom två huvudteman där det ena handlar om hur socialarbetare använder kreativt skapande som metod och det andra har fokus på de effekter som kreativt skapande har för individen. Utifrån detta delades materialet upp i fem underteman. Under kreativt skapande som metod återfinns två underteman, *det kravlösa skapandet* samt *skapande som uttrycksform*. Det andra huvudtemat, med fokus på effekterna av kreativt skapande, handlar om hur skapandet kan fungera som återhämtning för individen. Här återfinns tre underteman; *meningsfullt syfte, socialt sammanhang* samt *förändring*.

## Kreativt skapande som metod

### Det kravlösa skapandet

Informanterna var överens om att kreativt skapande är ett sätt att på ett kravlöst sätt komma igång efter en längre tids sjukskrivning. Informanterna hade som målbild att deltagarna skulle få möjligheten att utvecklas som människor, jobba utifrån egna mål, känna sig mer tillfreds med sina liv och få ett bättre mående – snarare än att aktiviteten i sig skulle göra att deltagaren kunde ta sig arbetsmarknaden. En förhoppning var att deltagarna, som följd av det kreativa skapandet, kunde få mer energi och att det ledde till att de kunde ta tag i vardagen och val som gäller framtiden. För att utforska vad de långtidssjukskrivna hade för kapacitet ansåg några av informanterna att det var bra att börja mjukt, vilket det kravlösa skapandet ansågs vara, för att sedan se hur mycket individen klarade av innan det eventuellt var aktuellt med arbetsträning.

*“Vi jobbar nog lite annorlunda mot de andra (aktörerna) och det är just därför det är så viktigt att vi finns, för att det är inte så många möjligheter till det idag, för människor att komma tillbaka på ett skonsamt sätt när man har stått utanför arbetsmarknaden.”* (Informant 5)

Att arbeta just *annorlunda* än de andra, vilket syftades mot mer vedertagna, allmänt kända arbetsmarknadspolitiska projekt och verksamheter, betydde för flera informanter att som verksamhet inte bli sedd som en disciplinerande myndighet eller som en fostrande aktivitet. Flera av informanterna uttalade en ovilja mot att bli sammankopplade med de myndigheter som de visste att vissa deltagare förknippade med något auktoritärt och negativt. Flera informanter menade vidare att det var viktigt att de själva kände tilltro till deltagarna då detta delvis upplevdes ge deltagarna tilltro till sig själva, men också ett ökat förtroende för samhället.

Payne (2015) menar att genom tilltro mellan deltagare och socialarbetare kan möjligheter identifieras och empowerment uppstå. Socialarbetaren kan då genom ett empowermentperspektiv verka för välbefinnande samt fungera som en representant mot hindrande strukturer (ibid.). Ur ett empowermentperspektiv blir således socialarbetarens roll att aktivt bekämpa orättvisor och marginaliseringsprocesser, där varje individ ses som ett aktivt och handlande subjekt som vet och vill sitt eget bästa (Askheim, 2007). Socialarbetaren behöver också sätta fokus på maktförhållanden och stärka individens egenmakt vilket också betyder att socialarbetaren kan lämna över sin makt till individen (Payne, 2015). Genom att individen får möjlighet till makt och delaktighet ges även rätten att själv välja och därmed kan individen påverka sin egen livssituation och hitta sina egna möjligheter (Askheim, 2007). De professionella behöver i en insats därför vara flexibla i hur stödet för en individ ska utformas och relationen mellan dem måste vara ömsesidig där makten mellan parterna kan fördelas (Schön, 2012).

*“Jag tror att det kreativa skapandet lämnar mer frihet till deltagaren som individ. (...) Vi ska inte disciplinera människor som lider av psykisk ohälsa, det är vuxna människor, de vet vad det är som gäller, men de orkar inte.”* (Informant 2)

En informant beskriver hur deltagandet i en kreativ aktivitet ställer vissa krav på deltagarna, men att dessa krav är inom rimliga gränser för vad deltagaren kan klara av. Detta kunde ses som lärande i sig och som övning på färdigheter inför arbete. Dessa beslut handlade delvis om att bara bestämma sig för att delta, men också om att gå upp på morgonen och ta sig till aktiviteten och komma i tid. Det handlade också om att handskas med att ingå i en grupp med människor. Informanten menade också att krävdes att deltagarna måste kunna stå ut med att det krävs någonting av dem, oavsett om det är förväntningar från omgivningen – eller kanske allra mest ifrån sig själv. Informanten tar målning som exempel, där den vita duken ska fyllas;

*“Deltagaren måste ju också hela tiden välja, och hantera resultatet. Tar jag blått så blir det blått, tar jag grönt så blir det grönt. Man måste bestämma sig för att sluta. Tusen olika beslut som man ibland har svårt för. När man är i en svacka, när man har gått in i en depression, man mår ju inte så bra när man står långt ifrån arbetsmarknaden. Att då börja med något, någon form av skapande... då övar man sig på alla dom här små grejerna som man kanske har tappat när man inte har gjort någonting på länge.”* (Informant 1)

Att öva upp exekutiva funktioner, som att stärka sitt självreglerande beteende och förmågorna att ta ansvar, passa tider och planera och genomföra en aktivitet är sådant som ökar individens egenmakt och skapar empowerment (Moula, 2009b). Vidare kan en empowermentfrämjande pedagogik i sig även främja dessa funktioner, som gör att individen lättare kan ta sig fram i samhället – exempelvis att kunna vara flexibel, reflekterande och sätta sin livssituation i ett större sammanhang (ibid.).

De flesta, om inte alla, informanter tog närvaro på deltagarna och följde upp ifall någon uteblev, vilket kunde hänga samman med informantens tanke om att det var givande för deltagarna att ha något att hänga upp sin vecka på, att det fanns rutiner och struktur. En informant påpekade vidare att det är viktigt att det finns professionella som ser och hör deltagarna och som kan finnas som ett stöd och ge uppmuntran, samt ge möjlighet att tidigt fånga upp om deltagaren upplevde stress eller dåligt mående.

*“Om man pushar någon för hårt så kan det bli bakslag och då blir det ju ännu dyrare för samhället. När försäkringskassan hjälper en deltagare att komma till oss så är det mer: du får det här, ta hand om dig, hitta det som du behöver.”* (Informant 2)

Panican & Ulmestig (2011) beskriver att en av socialarbetarens uppgifter är att organisera effektiva arbetsmarknadspolitiska åtgärder. Socialarbetarens roll blir att verka för de organisatoriska och ekonomiska krav som finns, vilket skapar en viss kontroll och disciplinering av de deltagande. Dock är deltagare i denna typen av projekt i allmänhet trötta på att bli hänvisade till projekt som enbart blir till verkanslös, obligatorisk förvaring, men som krävs för att individen ska få ta del av ekonomiska stöd eller andra viktiga resurser (ibid.). Peterie m.fl. (2019) beskriver att krav som den arbetslöse har på att delta skapar en avhumaniserande effekt, där deltagarens faktiska mående inte blir prioriterat. Deltagare önskar också att genom omväxling blir utmanade för att utveckla motivation och nyfikenhet, vilket

gör att socialarbetarens roll i aktiveringsprojekt också till stor del handlar om att stötta och öka motivationen (Panican & Ulmestig 2011).

*“Vi ville ha en verksamhet som byggde på frivillig basis. Så även om någon annan (myndighet) ville något utav deltagarna så ville inte vi någonting av dom. Då kom man på frivillig basis. (...) Initiativet låg hos deltagaren själv för att, när man bestämmer sig för någonting då känner man sig själv bättre än om någon annan säger ‘du ska gå dit och stå där’.”*  
(Informant 1)

En kreativ insats som kan ta tillvara på individens egna intresse upplevdes av flera informanter som ett bra första steg mot arbetsmarknaden, då den kreativa verksamheten ses som ett komplement till exempelvis den arbetsträning som Arbetsförmedlingen erbjuder. Mer klassisk arbetsträning sågs av några informanter vara viktig, då detta kan ge mer arbetsmässiga erfarenheter att sätta på sitt CV, medan det kreativa komplementet sågs kunna erbjuda något mer lockande och motivationsgivande.

Stacey & Stickley (2010) menar att den kreativa insatsen bör vara utformad så att den som deltar har möjlighet att jobba utifrån sina egna mål, vilket hänger samman både med hur kreativitet i sig kräver en viss valfrihet och att det är viktigt att deltagaren känner sig delaktig i insatsen.

### **Skapande som uttrycksform**

Flertalet informanter använde sig av målande och bild som ett sätt för deltagarna att uttrycka sig. Vanligt var att deltagarna själva berättade genom skriven text eller tal om vad de tyckte att den egenskapade bilden förmedlade, men också genom att de andra deltagarna i gruppen fick berätta om vad de såg i bilden och vad det väckte i dem. På detta sätt upplevde informanterna som använde sig av denna metod att deltagaren kunde få sin röst hörd och bli lyssnad på utan att för delen få råd från andra deltagare eller de professionella, något som sågs som positivt för deltagaren. Genom att sätta ord till ett kreativt skapande kände informanterna att deltagarna även kunde bli mottagliga för nya känslor och att nya tankar väcktes till liv. En informant beskrev att det fanns deltagare som blev väldigt berörda och fascinerade över att andra i gruppen kunde se så mycket fint i det som de själva hade skapat, som de själva kanske inte kunde se, och dessa ord från andra kunde i sin tur ge individen ett ökat självförtroende.

*“För mig är målandet en dialog, att ha en dialog kring bilden. Få respons, få bekräftelse, att vara i relation. (...) Därför tycker jag att måla i grupp är väldigt bra.”* (Informant 3)

Genom skapandet kunde deltagarna uttrycka sådant som de inte lika lätt kan uttrycka med endast talat språk. En informant beskrev genom hur en individ som tidigare endast haft traditionella samtal öppnade upp sig på ett nytt sätt när de istället provade att använda bild som medium för samtal. Genom skapande upplevde flera av informanterna att det finns uttryck för sådant som hittas i det egna inre och att det ibland kan vara lättare att uttrycka detta på andra sätt än med ord.

Även Cole m.fl (2018) och Stacey & Stickley (2010) menar att konstnärliga uttryck med fördel användas när ord och verbal kommunikation inte räcker till för att beskriva det som finns inom en individ. Genom konst kan det inre externaliseras samt skapa reflektion och bearbetning av sådant som har varit, men kan också tydliggöra framtida mål (Cole m.fl, 2018). Uttryck via kreativt skapande kan hjälpa individen att sätta ord på sina känslor och vara en hjälp för att peka ut hinder som finns inom personen. Kreativitet kan därmed användas för att stärka sin egna röst (ibid.). Att stärka sin röst och öva upp förmågan att uttrycka sig, resonera och relatera till människor i sin omgivning är också ett sätt att skapa egenmakt och empowerment (Moula, 2009b).

*“Musik och skrivande, och sång är väldigt bra. Ifall deltagaren känner att den kanske har svårt att uttrycka sig, att den inte har någon som lyssna på hur situation är, att då jobba med sång eller dramatik för att höra sin egen röst ibland. Eller igen... Oftast så blir man ju tyst när man inte mår så bra.”* (Informant 1)

En informant menade att de som står långt ifrån arbetsmarknaden har något hinder som gör att det finns bekymmer med att ta sig in på arbetsmarknaden, och att dessa bekymmer med hjälp av bild och skapande kan kläs i ord. Detta kunde sedan ge insikt i hur framtiden skulle kunna se ut. En annan informant beskrev att ångest är en brist på uttryck, och menade att deltagaren genom att externalisera det inre till en målad bild gjorde att deltagarna kunde se och prata om den rikedom de har i sitt inre liv i symbolisk och poetisk form, vilket i ett vanligt samtal kan kännas mer svårt och obekvämt.

*“När deltagaren gör det och kanske hittar något spännande i sig själv och får ut någonting, får ut någonting som har legat gömt eller som man har tryckt ner, vilket det nu är, få ut det på ett papper och sedan få prata om det och skratta åt det och gråta åt det, så här... då kan det vara befriande och man kanske känner sig lättare, kanske kan man ta tag i saker. (...) Det rör vid någonting som man kanske inte riktigt visste skulle komma just nu. (...) Det som kommer är det som deltagaren är beredd på att ta hand om just nu.”* (Informant 6)

Informanten menade att genom det kreativa skapandet används andra sätt än det verbala tänkandet för att externalisera sådant som ligger djupt inombords. Genom att måla kan bilden i sig tala och säga någonting till individen som denne kanske inte var helt medveten om, vilket då upplevdes som ett sätt att hitta sin egen röst. Flera informanter menade att individen ofta har svaret på sina problem inom sig och vet hur denne ska förhålla sig till sin livssituation. Det kreativa skapandet kunde då vara en väg för att tydliggöra individens tankar och vilja, genom att kreativitet upplevdes ge effekten att individen kunde se nya lösningar på problem i livet.

*“Deltagarna har ju svaret i sig själva. Men hur man ska komma åt det, det är väl det som är grejen. (...) När deltagaren målar en bild går det inte igenom alla filter så som tankar gör. (...) De kunde få lite av en aha-upplevelse utav det de målat.”* (Informant 6)

Informanterna upplevde att individerna genom det skapade fick lättare att sätta ord på det inre och att det skapade till och med kunde berätta för individen sådant som legat dolt i det inre när den målade bilden fanns framför dem.

## Kreativt skapande som återhämtning

### Meningsfullt syfte

Den kreativa verksamheten är ett sätt för informanterna att erbjuda en plats att “komma igång” på när deltagarna efter en längre tids sjukskrivning har vissa krav på sig att delta i någon aktivitet för att få del av sjukförsäkringens utbetalningar. Informanterna betonade då vikten av att erbjuda en aktivitet som av deltagarna ansågs som meningsfull. Även fast deltagarna kunde känna ett ekonomiskt tvång att delta i *någon* slags aktivitet, upplevde informanterna att den kreativa insatsen kunde erbjuda en kravlös och motiverande insats som utgick från individens intressen.

*“Den långtidssjukskrivna har kanske tappat suget, har kanske gått ner i en depression, kanske har svårt att komma hemifrån och har svårt att se sitt eget värde. För det har tappats eftersom man inte jobbar. Man kanske inte har umgåtts med folk på länge. Då är det bra att komma ut och inte direkt liksom bli inputtad i någon aktivitet som man inte förstår eller vill...”*  
(Informant 1)

Att en individ som står utanför arbetsmarknaden hamnar i negativ spiral är vanligt förekommande (Espvall & Dellgren, 2015; Peterie m.f, 2019). Spiralen hänger samman med exempelvis ekonomiska svårigheter som kopplas bl.a. till sjukskrivning, en sänkt identitetskänsla och misstro till den egna arbetsförmågan (Espvall & Dellgren, 2015). Detta skapar känslor av skam och stigmatisering, vilket i sin tur förstärker känslan av identitetsförlust och isolering (ibid.). Även Peterie m.fl. (2019) menar hur den mentala ohälsa som ofta hänger samman med arbetslöshet bidrar till den negativa spiralen.

Genom att som individ inte se någon mening med att ta sig an sina problem – då tidigare försök kanske misslyckats eller inte haft den önskade effekten – uppstår inlärd hjälplöshet (Adams, 2008). När individen ständigt utsätts för okontrollerbara situationer tappas förmågan att ta sig förbi hinder i vardagen, motivation och handlingskraft sänks och risk för depression är stor (Maier & Seligman, 1976). Om individen sedan upplever empowerment kan istället inlärd hoppfullhet uppstå, då positiva erfarenheter av att kunna kontrollera sin situation skapar förväntningar och hopp om att liknande positiva orsakssamband även kan ske i framtiden (Zimmerman, 1990).

*“Detta (kreativt skapande) är ett bra sätt just för att komma ut ur den där negativa spiralen som man ofta är i när man är utanför arbetsmarknaden. Och att då få göra något som är lustfyllt där individen själv bestämmer och där den till och med kan känna att den är bra eller att det blir fint och så. Det tror jag är bra för att sen kunna jobba vidare mot arbetsmarknaden.”* (Informant 1)

Genom återhämtning kan hoppfullhet återfås, och först genom en återhämtningsprocess uppstår egenmakt och empowerment (Schön, 2012). För att en individ ska kunna återhämtas krävs att individen får möjlighet att delta i en meningsfull aktivitet som är återhämtningsfrämjande (ibid.) För att ta sig ur en negativ spiral menar Peterie m.fl. (2019) att den finns flera strategier som är vanligt förekommande, där den mest effektiva är att försöka upprätthålla struktur i vardagen samt ägna tid åt sig själv och egna intressen. Genom att då utforma en insats som utgår från individens vilja och intressen, erfarenheter och kompetenser, kan återhämtningsprocessen – som är djupt personlig – sättas igång (Schön, 2012).

*“Jag tror inte jag har sett någon som aldrig riktigt kommit igång (med att skapa). Alla kommer igång.”* (Informant 2)

Informanterna upplevde att deltagarna till en början kunde uttrycka att de inte orkade, att de inte ville något, att lust och motivation saknades eller att de inte kunde skapa något. En informant uttryckte det som att allt i individen var stumt – men att det successivt gick att övervinna. För att övervinna stumheten trodde informanten att det var viktigt att det fanns ett syfte som av informanterna kändes vettigt. Om känslan är att aktiviteten endast ska genomföras för att detta har beslutats av någon annan, trodde informanten att det finns risk att deltagarna upplevde insatsen som ett “vuxendagis”, vilket både deltagare, informant och omgivningen benämner på ett nedsättande vis. Till skillnad från att exempelvis endast följa en manual, eller som en informant beskriver endast utföra den motoriska rörelse som det innebär att måla en stol i arbetsträningssyfte, kunde processen av kreativt skapande vara djupt tillfredsställande och beskrivs som något som är svårt att komma åt på annat sätt.

*“Det är någonting som är svårt att egentligen ta på (...) men jag är helt övertygad om att det händer någonting med oss, i kroppen rent fysiskt när vi håller på med konstnärlig verksamhet, som jag tror påverkar vårt mående... på ett sätt som inte så mycket annat kan. Jag menar, man kan ju lyssna på en låt och börja gråta för att det är så vackert liksom, det säger en hel del om vad som händer med oss, vi berörs.”* (Informant 5)

Flera studier visar på att kultur och välmående har ett starkt samband (Wheatley & Bickerton, 2017; Wang, Mak & Fancourt, 2019), då konst och kultur ses bidra till lägre grad av ångest, bidra till mental funktionalitet generera glädje. Konstnärliga aktiviteter ses ha terapeutiska egenskaper vilket gör att olika typer av konstformer kan användas som alternativ till exempelvis samtalsterapi (Stacey & Stickley, 2010). Konst och kreativitet genererar vidare meningsfullhet och ger en känsla av tillfredsställelse (Wheatley & Bickerton, 2017; Wikström, 2004). Att ha ett arbete är också något som ses meningsfullt, och när denna meningsfullhet saknas finns risk för känslor av värdelöshet och skam vilket gör att risken för mental ohälsa ökar (Peterie m.fl, 2019). Strävan efter meningsfullhet kan hänga samman med synen på den “gode” medborgaren som, i ett samhälle där solidaritet och jämlikhet värderas högt, fyller ett syfte både för sig själv och för samhället (Panican & Ulmestig, 2011).

Ett par informanter menade att deltagarna genom att få ett verkligt syfte där de gör någonting som känns viktigt och angeläget, får en mer meningsfull vardag. Syftet kan upplevas som meningsfullt inom individen själv, men också vara ett syfte som har en mer samhällelig

nytta. En informant lyfter att ett syfte som innebär en samhällelig nytta kan vara att genom konsten hitta nya sidor av sig själv som kan vara användbara för samhället, medan en annan informant berättar om att vikten av att delta i verklighetsförankrade konstnärliga projekt, såsom att utforma konstverk till sjukhus eller på annat sätt göra något som kan vara till nytta för andra i samhället. Att känna meningsfullhet upplevs av flera informanter hänga samman med att deltagarna själva kan välja den insats som passar det egna behovet och ligger i linje med egna intressen, vilket gör att aktiviteten blir lustfylld och motiverande. Flera informanter trodde att det kreativa skapandet kunde vara en möjlighet för deltagarna att utmana sig själva och hitta en inre drivkraft för att sedan kunna komma vidare mot arbetslivet.

*“Det finns jättemycket att prata om när det gäller kreativitet, men, mitt budskap är egentligen att vi är ingenting utan den. Vi måste ha en drivkraft, vi måste ha bensin!”* (Informant 2)

Inom återhämtningsprocessen finns möjlighet att finna meningen med de svåra erfarenheter som präglat individen, vilket gör att förståelsen för det egna livet ökar (Schön, 2012). Genom att rikta fokus mot det som varit till hjälp för individen under dennes återhämtningsprocess kan således livet te sig mer hanterbart (Arnoldsson & Moula, 2009). Genom att sedan också utöva något som man själv tycker är intressant och som man själv också är bra på kan en starkare identitetskänsla skapas (Cole m.fl., 2018). Att också uppleva den empowermentkänslan som kommer genom att individen får en tilltro till sina egna förmågor ger en större meningsfullhet i livet (Askheim, 2007). Det ger också kraft till att våga ta egna beslut och överkomma personliga hinder (ibid.)

*“Vad deltagarna nu vill göra i framtiden, om det är att arbeta eller studera eller att man hittar sin plats i samhället, att individen känner att den har någonting att bidra med, det tror jag absolut att detta leder till.”* (Informant 3)

Informanterna upplevde att individernas självkänsla ökade och att detta bidrog till att de fick syn på att de hade någonting att ge till såväl andra människor som till samhället.

### **Socialt sammanhang**

Just att vara deltagare i en grupp är något som flera informanter nämner som något som kan vara skrämmande för personer som under längre tid varit sjukskrivna. Den sociala isoleringen beskrivs av flera informanter som en tröskel för deltagaren att ta sig över. Det kreativa skapandet ses då som något som kan locka, något som är intressant och något som den långtidssjukskrivne kan klara av. Att dela med sig och ta del av andras skapande upplevdes också som ett sätt att förstärka det egna skapandet på ett positivt sätt, vilket gav deltagaren ett nytt sätt att se på sig själv.

*“Kanske att man egentligen skulle klara av ett jobb, men det har gått så lång tid, så man bli rädd för allt. Bara det att sitta, vad ska jag göra i lunchrummet och hur man pratar, vad har man på sig... det är jättemycket sånt här som man inte tänker på, som är mer än själva arbetsuppgifterna”* (Informant 5)



Att bli socialt isolerad till följd av att stå utanför arbetsmarknaden är något som är vanligt förekommande (Espvall & Dellgran, 2015; Peterie m.fl, 2019). Detta hänger ihop med bl.a. förlust av social position i arbetslivet men kan också kopplas till andra fysiska hinder eller psykiska såväl som ekonomiska hinder (ibid.). Den sociala isoleringen kan också hänga samman med den nedåtgående spiralen av förlorad identitet, stigmatisering, känslor av skuld och skam och minskade sociala kontakter (Espvall & Dellgran, 2015).

Jönsson (2002) beskriver hur den som är arbetslös eller bidragsberoende ofta har skamgörande erfarenheter, vilket hänger samman med normen att kunna försörja sig själv. Omgivningens föreställningar om vad det innebär att vara arbetslös skapar en stigmatisering av den arbetslöse, vilket också ofta internaliseras av individen själv. Denna skambeläggning som individen då upplever har en negativ inverkan på individens sociala relationer, då individen inte kan leva upp till den sociala normen som det innebär att arbeta (ibid.). För att minska risken för social isolering för den som står utanför arbetsmarknaden anses det viktigt att arbetsmarknadspolitiska insatser erbjuder ett socialt sammanhang (Panican & Ulmestig, 2011).

*“Jag tror det är väldigt läkande, att få dela saker med andra, att få säga saker högt.”* (Informant 4)

Att delta i kravlösa skapande aktiviteter med andra deltagare i liknande situation upplevde informanterna blev läkande för deltagarna. I grupprocessen i sig fanns terapeutiska inslag och alla informanter kunde bekräfta att deltagandet i grupp gör någonting med och för individens egna utveckling. Att ingå i sociala sammanhang var något som informanterna ansåg var främjande och stärkande och gjorde att de flesta deltagarna börjar att må bättre. Informanterna upplevde att gruppen, för de flesta deltagarna, blev ett viktigt inslag i livet då det skapade mening att tillhöra den sociala gruppen och ta del av de andras tankar och reflektioner likväl som att själv få en möjlighet att göra sin röst hörd och bli lyssnad till. En av informanterna svarade dock spontant att denne tänkte att grupprocessen i sig inte var det viktiga för deltagaren, samtidigt som samma informant kunde berätta om situationer där gruppmedlemmarna inspirerat och engagerat sig i varandra på ett givande sätt. Just kreativt skapande som gruppverksamhet var något som alla informanter därmed ansåg ge många fördelar för individen.

*“Jag tyckte att det hände mer och mer saker i gruppen och att det blev djupare och mer berörande, och det kan ju också ha varit för att de hade träffats fler gånger och att de var tigha med varandra och så.”* (Informant 4)

Genom att vara delaktig i aktiviteter tillsammans med andra minskar känslan av att vara marginaliserad, och därmed finns också större chans till att känna hoppfullhet (Zimmerman, 1990; Cole m.fl, 2018). Detta gör att stigmat av ohälsa kan minskas när en individ känner gemenskap genom den gemensamma konstnärliga aktiviteten (Cole m.fl, 2018). Att känna hopp och socialt stöd är också viktigt för återhämtningsprocessen, där en återhämtande aktivitet i sig skapar möjligheter för en individ att expandera sin sociala roll och sätta fokus på sociala framgångar (Schön, 2012). Att få nya vänner via arbetsmarknadspolitiska insatser är något som

Espvall & Dellgren (2015) beskriver som förekommande, då personer med liknande erfarenheter har en förmåga att hitta stöd och support i varandra.

Allt eftersom gruppen lärde känna varandra och den enskilde individen övade upp sociala färdigheter upplevdes en mer givande gruppprocess. Alla informanter var överens om att det viktiga inte var för deltagarna att prestera på något särskilt sätt, eller för den delen prestera något alls, utan istället uppmanades deltagarna att komma så som de var, utan förväntningar eller krav. I grupperna trodde informanterna att det fanns förståelse för detta, och just att alla hade långtidssjukskrivning som gemensam nämnare gjorde att deltagarna hade en ökad acceptans för varandra i gruppen. Informanterna uppfattade att individen gynnades av att inte vara ensam i sin situation och fann en gemenskap och förståelse hos de andra deltagarna – det var accepterat av alla att ha en dålig dag och detta ifrågasattes inte. Till följd av att deltagarna hade liknande bakgrund ansåg flertalet informanter att det skapades en tillåtande atmosfär som verkade stöttande och stärkande för individen. Informanterna ansåg att detta bidrog till känslan av grupptillhörighet, vilket bekräftar hur informanterna upplevde att den känsla av meningsfullhet som skapades genom grupptillhörigheten gjorde att individerna kunde komma till aktiviteten och gruppen och bara vara utan förväntningar eller krav.

*“Sen var det ju liksom en resa som deltagarna gjorde tillsammans i gruppen... Man hade ungefär samma bakgrund på något vis även om åldrar och yrkeserfarenhet var väldigt olika, så var det sådana som var högre utbildade och sådana som var lägre utbildade. Men det pratade vi egentligen inte så mycket om. Det var ungefär som när man sitter i en bastu och då är alla lika på något sätt. Man delar någonting bara och den sociala bakgrunden blir inte så viktig. Den resan som de gjorde ihop, det som de delade med varandra utifrån sina bilder och det de skrev och så, det gjorde ju att det blev en tight grupp.” (Informant 4)*

Stacey & Stickley (2010) beskriver hur gruppaktiviteter som involverar kreativt skapande skapar en tillåtande atmosfär som möjliggör relationsbyggande. Engagemang i konstnärliga aktiviteter ökar de sociala kontakterna och ger en känsla av grupptillhörighet, där gruppen i sig kan fungera som stöd och support (Stacey & Stickley, 2010; Wikström, 2004; Wheatley & Bickerton, 2017). Genom att deltagare i konstprojekt känner att de blir accepterade så som de är ökar självförtroendet och optimismen, vilket i sin tur ökar möjligheterna att hitta nya vänskaper (Secker m.fl, 2011). Cole m.fl. (2018) beskriver hur den konstnärliga aktiviteten som ofta är just kravlös och tillåtande gör att individer kan känna och få ut fördelar av en grupptillhörighet utan att för den delen känna krav på prestation. Genom att delta i en grupp där känslan av samhörighet uppstår stärks självförtroende, stolthet och välmående (Westerlund, 2007),

De informanter som inte arbetade utifrån någon metod som byggde på gruppverksamhet menade att skapandet i sig var ett viktigt sätt att uttrycka sig för deltagaren, både genom vad man skapade och hur man skapade, och att detta i sig inspirerade resten av gruppen. Genom att umgås i samma grupp under en längre period upplevdes att den kreativa inspirationen kunde föras över från en deltagare till en annan, där även känslor och engagemang kunde spridas och delas mellan deltagarna. Hur denna kreativa processen kunde fungera beskrivs när en informant

berättade om hur en liten kreativ händelse hade fortplantas i gruppen och skapade en gemensam kreativ process. Detta ledde till att gruppen tillsammans arbetade mot ett gemensamt mål, vilket sedan skapade en gemensam känsla av lättnad när målet uppnåts;

*“Veckorna gick och rätt vad det var så kom hela gruppen in i någon jättekreativ period, bara för att jag råkade sätta en pinne i näven med en täljkniv till en av dem när vi drack kaffe. Alla kom igång och skapade, de gjorde presenter till än den ena än den andra (...) Ja, vi var väl faktiskt gråtfärdiga hela högen när vi var färdiga.”* (Informant 2)

Den kreativa handlingen satte igång en gruppprocess där varje gruppmedlem blev på så sätt viktig för kollektivets väg mot emancipation. Att våga vara i ett nytt sammanhang och vidga sina vyer ansåg en informant vara något som i sig ökade välbefinnandet, och det sågs också som viktigt att deltagaren fick komma hemifrån, få mer stimulans och att få ökade sociala kontakter. Ett par informanter berättade om hur deltagare efter deltagandet i den kreativa insatsen blev vänner och började umgås på egen hand, vilket informanterna såg som en positiv utveckling.

Westerlund (2007) menar att en kollektiv empowermentprocess är beroende av den enskilda individens empowermentprocess. När den enskilde stärks i sin egen process och därmed får ökad egenmakt, finns också möjlighet för gruppen att stärka varandra och gemensamt skapa en känsla av samhörighet och stolthet. Den kollektiva empowermentprocessen innebär sedan ett ökat socialt stöd för den enskilde individen (ibid.). Att känna empowerment som individ skapar också en större tilltro hos individen att på egen hand kunna ta sig över sociala hinder (Askheim, 2007).

### **Förändring**

För att ha styrka och motivation att skapa sig själv ett bättre och mer hållbart liv ansåg flera informanter att det måste finnas en drivkraft och energi för att deltagarna skulle kunna genomföra viktiga förändringar i livet. Informanterna upplevde att att det kreativa skapandet innebar ett flertal positiva effekter i deltagarnas liv, såsom att aktivitetsnivån höjdes, känslan av livskvalitet ökade och tillförsikten inför framtiden återfanns. Att känslan av kontroll över den egna situationen ökade var enligt informanterna viktigt. Vidare menade flera informanter att allt som sker inom en individ inte kan förklaras med logik, och ansåg att det måste få finnas utrymme för det mer oförklarbara. En informant frågade sig hur man skulle kunna laga en trasig själ om man inte får använda sig av känsla, en annan frågade sig om mer vedertagen klassisk arbetsträning är tillräcklig;

*“För att en människa ska kunna förändras, jag är helt säker på det, så måste man jobba med andra saker också, man måste naturligtvis veta hur saker och ting fungerar, hur man ska göra. Men det är liksom ganska quick-fix att göra ett cv. (...) Det blir liksom ingen förändring här inne (lägger handen på bröstet), den måste komma på annat sätt.”* (Informant 5)

Genom att arbeta utifrån empowerment ges individen större lärdom och förståelse för sin livssituation, vilket resulterar i att kunna åstadkomma förändring (Askheim, 2007; Payne,

2015). Denna förändring handlar om en process där individen lär sig upptäcka sin egen kapacitet (Moula, 2009b). Dock kan det av strukturella förklaringar vara så att individer inte kan agera eller på egen hand åstadkomma en förändringsprocess, som också ses som den ultimata empowermentprocessen (Payne, 2015). Detta gör att socialarbetaren kan bli en viktig del av förändringsprocessen där denne kan ge individen resurser som hjälper individen ut ur maktlösheten (ibid.). Först när individen sedan kan få kontroll över det egna livet och få ökad kraft, vilket ger självförtroende, ökar möjligheterna att kunna fatta egna beslut och påbörja den egna förändringen (Askheim, 2007; Moula, 2009b).

Att förändra de egna attityderna, känslorna och målen kräver också en återhämtningsprocess (Schön, 2012). Genom att i återhämtningsprocessen fokusera på sin hälsa och skilja på denna ifrån personligheten kan individen få syn på nya sidor av sig själv och skapa en självacceptans. I återhämtningen ligger också fokus på att hitta strategier för att hantera sina symptom snarare än att bli av med dem. Denna förändringsprocess som kommer med återhämtning skapar en känsla av tillfredsställelse och möjliggör för individen att leva ett konstruktivt liv även fast livet är kantat av begränsningar (ibid.). Genom att arbeta med psykologisk empowerment hos individen, där fokus ligger på det kognitiva beteendet, kan också socialarbetaren förmedla den optimism som kan ligga till grund för att individen kan känna hoppfullhet inför ett kommande förändringsarbete. (Adams, 2008).

Informanterna tänkte att individerna, genom att delta i insatsen med kreativt skapande, kunde stärka sin självkänsla och att det i sig gav bättre förutsättningar för att kunna ta sig an framtida utmaningar. Ofta upplevdes av informanterna att deltagarnas självkänsla var låg, och att deltagarna kände sig misslyckade och nedvärderade. Informanterna uppfattade det som viktigt att deltagarna får känna att de är duktiga på något;

*“Deltagarna kan ju känna sig lite värdelös kanske om de inte har jobbat på, ja åtta år, varit hemma och sjukskrivna och så liksom, vad ska de börja med. (...) Att få känna då, det här kan man ju faktiskt, det här är man jättebra på. Att det blir liksom en boost till självförtroendet.”* (Informant 5)

I ett styrkebaserat empowermentperspektiv ligger fokus på individens resurser, och hur dessa kan användas vid utmaningar (Moula, 2009a). Genom förhoppningar och mål kan kraft mobiliseras och empowerment uppnås. Detta förutsätter att individen möts med respekt för dennes erfarenheter och kunskaper, vilket också gör att försök till förändring som inte tar hänsyn till individen ofta misslyckas. En förändring där individens kraft stärks sker ofta långsamt, då idén om förändring måste uppstå hos individen själv, och de utmaningar som uppstår på vägen måste lösas på det sätt som individen själv kan bemästra (ibid.).

Att bli bekräftad, både av andra och en själv, och få kunskap om att det finns mycket vackert inom var och en som bara väntat på att få komma till uttryck upplevdes av informanterna som stärkande för självkänslan. Deltagarna vågade öppna sig mer och mer efter hand och kunde så småningom visa att de var stolta över sig själva. Detta ansåg några informanter bidrog till att deltagarna fick en känsla av att det är viktigt att ta hand om sig själva

och vårda det som finns på insidan. Att vara i en kravlös miljö där det egna skapandet kunde växa fram i egen takt upplevdes också bidra till individernas stärkta självkänsla.

*“Deltagarna tog ett eget initiativ och gick dit för att man ville jobba på sin egen återhämtning och hälsa.”* (Informant 1)

En informant hade fått till sig att deltagarna skulle vara ganska sköra och kanske inte orka så mycket, men den bilden visade sig inte stämma då de flesta deltagare orkade mer än vad både de själva och informanterna trott. Att deltagarna orkade mer än vad de trott uppfattade informanterna som en effekt av att det kreativa skapandet kändes givande och meningsfullt individen. Detta troddes också vara en anledning till låg frånvaro och att deltagarna dök upp på den avsatta tiden. Inte sällan såg informanterna hur deltagarna överträffade sig i vad de hade trott om sig själva när de ställdes inför utmaningar, som att prova en konstform de inte prövat tidigare eller delta i ett stort konstprojekt. När det kreativa skapandet tog allt mer fart inom individen kunde informanterna se att deltagaren själv häpnade över vad den åstadkommit. En informant beskrev det som att det nästan gick att se hur deltagarna utvecklades;

*“Man kan ju se deltagarna växa nästan, hur de rätar på ryggen, börja titta en i ögonen och börjar prata och så.”* (Informant 1)

Att få förståelse och förtroende för sig själv och våga tro på den egna kapaciteten skapar en förmåga att kunna handla proaktivt (Zimmerman, 1990). Denna positiva koppling mellan beteende och handling skapar en inlärd hoppfullhet, som gör det lättare för individen att själv kunna lösa problem och hantera stress i vardagen (ibid.).

Det kreativa skapande upplevdes av informanterna ge insikt om individen själv, och inom detta fanns möjlighet till läkande och återhämtning för deltagarna. All insikt behöver inte heller, enligt en informant, verbaliseras, utan en läkning sker på ett annat plan när det omedvetna sorteras och bearbetas även om det förblir omedvetet. Det kunde av informanten uppfattas som att deltagarna landade i sig själva, i sina kroppar, sina tankar och sina känslor. Det kreativa skapandet kunde således vara såväl bearbetning och djupdykning i det inre som att ta en paus ifrån det egna och den sjuka delen av sig själv. Att skapa menade informanterna kunde sätta fokus på antingen det djupaste inre eller på någonting utanför individen. Oavsett fanns det en känsla av att inte vara helt i den vanliga verkligheten;

*“Att få vara i ett flow. Att man liksom har tappat bort tid och rum.”*  
(Informant 4)

Kultur och konst kan vara en källa för avslappning, där det finns möjlighet att för en stund tappa tid och rum och skapa en känsla av att fly verkligheten (Stacey & Stickley, 2010; Wikström, 2004). Genom fokus på det kreativa skapandet kan bekymmer för en stund läggas åt sidan och livssituationen kan upplevas som mer hanterbar (ibid.). En känsla av lättnad och lugn är också förknippat med konst och kultur (Cole m.fl, 2018). Secker m.fl. (2011) förklarar hur självförtroende som ofta ökar i samband med kreativitet, ökar individens möjligheter att uppskatta sig själv och återfinna förlorade delar av sig själv. Kreativt skapande har också en förmåga att öka motivationen hos en individ, både genom att fortsätta skapa, men ökar också motivationen att överlag i livet (Secker m.fl, 2011; Wikström, 2004). Motivationen och det

ökade självförtroendet menar Cole m.fl. (2018) hänger samman med hur individen i samband med utförandet av konstnärliga aktiviteter får en identitet, där individen kan se sig själv som en konstnärlig individ.

Flera informanter trodde att andrummet och den kreativa insatsen gjorde att just en gnista av lust kunde tändas hos deltagarna. Genom skapandet kunde något slumrande väckas inom deltagarna som, när detta upptäcktes eller återupptäcktes, kunde skapa motivation till delvis att fortsätta skapa på egen hand i sin vardag, men också att denna motivation kunde föras över till andra livsområden.

*“En del började att måla hemma. Att man kan det som, istället för mindfulness eller något så kan man måla. Det tror jag en del upptäckte. Och en del tyckte att skrivandet var så himla skönt. (...) Så jag tror att man fick med sig att det här (kreativa skapandet) kan vara en avlastning.”*  
(Informant 6)

Enligt informanterna förändrades hur deltagarna såg på sig själva under tiden som de deltog i den kreativa verksamheten. Informanterna kunde iaktta att deltagarna uppskattade att de hade blivit accepterade så som de var och att detta i sin tur hade lett till en ökad känsla av egenvärde. Det kreativa skapandet upplevdes också gett övning i kognitiva förmågor samt startat processer i känslolivet när lusten och viljan att skapa väcktes. Just vilja, lust och motivation var något som flera informanter upplevde att individerna mer eller mindre saknade när de påbörjade insatsen. Informanterna kopplade samman detta med att individerna varit sjukskrivna länge och i och med detta tappat lusten och motivationen att ens vilja något.

*“Jag är helt övertygad om att det var kreativiteten som liksom satte fart på själen, viljan, lusten och motivationen.”* (Informant 2)

## Diskussion

I vår studie framkommer att socialarbetarna som intervjuats upplever att kreativt skapande kan vara en möjlig väg för långtidssjukskrivna att närma sig arbetsmarknaden. Kreativt skapande kan ge möjlighet till återhämtning samt ger individen ett meningsfullt och socialt sammanhang, vilket anses vara delar som individen under sin sjukskrivning förlorat. Genom det kreativa skapandet kan individens kraft återfinnas och identitet stärkas. Individen ges möjlighet att genom kreativt skapande uttrycka sin vilja, känna hoppfullhet, finna framtidstro och uppnå empowerment. Kreativt skapande anses ge deltagarna en djupare förståelse för sig själva och kan vara ett sätt för individen att få en paus ifrån vardagen och den egna problematiken. Detta gör att individen utifrån egna förutsättningar och egna mål kan hitta en väg till arbete eller annan sysselsättning. Informanterna upplever på så sätt att kreativt skapande bidrar till att individerna som omfattas av en kreativ insats kan närma sig arbetsmarknaden.

Syftet med att använda kreativt skapande i grupp som en arbetsmarknadspolitisk åtgärd är att erbjuda ett skonsamt första steg mot arbetsmarknaden. Att tröskeln i de kreativa verksamheterna är låg och att aktiviteten präglas av kravlöshet genomsyrar socialarbetarnas syfte och målsättning med insatsen. Individer som stått utanför arbetsmarknaden under en

längre tid tillåts att känna att de deltar i en verksamhet som de fysiskt och psykiskt kan klara av, istället för att tvingas in i en aktivitet som känns meningslös och ofruktbar. Detta gör att vägen mot arbetsmarknaden ter sig mindre skrämmande. Att individen själv valt det kreativa skapandet som insats, och är motiverad till detta, är en grundförutsättning för att insatsen ska ha önskad effekt (Cederlund & Berglund, 2014) – det vill säga att individen efter insatsen blivit stärkt och därmed har bättre förutsättningar att hantera livets utmaningar.

Det är dock en utmaning för det sociala arbetet att bryta såväl individens som socialarbetarens och samhällets invanda rutiner när det kommer till hur insatser ska utformas (Cederlund & Berglund, 2014). För att det sociala arbetet ska kunna bryta sig loss från färdiga mallar, krävs en lyhördhet inför hur den enskilde individen vill ta sig an sina utmaningar. En förutsättning för detta är att ha en tillåtande atmosfär där individen kan känna sig tillräckligt trygg för att kunna uttrycka sig fritt (ibid.). Den kreativa insatsen kan vara ett sätt att bryta invanda rutiner, men är trots allt bara ett första steg mot arbetsmarknaden för den långtidssjukrivne. Socialarbetarna uttrycker i intervjuerna att de krav som finns från samhällets sida är för stora, där många individer inte klarar av dessa och återigen sjukskrivs eller hamnar utanför försäkringssystemen. Detta gör att ett kravlöst, kreativt första steg mot arbetsmarknaden är efterfrågat. Att då genom Försäkringskassan och Arbetsförmedlingen kunna använda kreativt skapande som metod och arbetsmarknadspolitisk insats är något som de verksamheter som informanterna representerar uppskattar och som de hoppas på att få se mer av i framtiden. Vi uppsatsförfattare instämmer i att kreativt skapande utifrån uppsatsstudiens resultat är behjälpligt för de långtidssjukskrivna som ett första skonsamt steg men efterlyser också mer uppföljning av individerna så att det som åstadkommit genom kreativt skapande inte raderas för de individer som inte klarar av en mer reguljär arbetsträning och så småningom arbetslivets alla krav. En större uppföljning och kartläggning skulle också bidra till den evidens som efterfrågas inom området.

Flera informanter beskrev att deltagarna genom att skapa fann saker inom sig själva och rörde vid något ordlöst inre, och att detta var en del av en förändringsprocess. Detta gör att kreativt skapande i många fall rör sig mot att handla om terapi och kanske hamnar utanför socialarbetarens kompetens att bemöta. Om en deltagare genom skapandet hamnar i kris krävs kapacitet inom insatsen eller verksamheten för att kunna ta hand om och hjälpa deltagaren ur ett terapeutiskt perspektiv. Denna kapacitet, att möta en individ i kris, såg olika ut inom de olika verksamheterna, men är överlag något som borde diskuteras och prioriteras mer. Detta för att inte riskera att en individ blir lämnad åt sitt inre utan hjälp med att bemöta detta.

I det kreativa skapandet som undersökts i uppsatsstudien ses gruppen som en viktig komponent i individens utveckling, både när grupp används som uttalad metod och när den ses som ett mer allmänt inslag i insatsen. Gruppen kan ge såväl socialt sammanhang som att bidra till att individen känner sig mindre marginaliserad genom att individen får stöttning från andra i liknande situation. De ger också en social kontext där det finns möjlighet att bli starka tillsammans och där individerna kan hitta en gemensam meningsfullhet. Gruppen används vidare för att ge respons på det kreativa skapandet vilket verkar stärkande både för gruppen och den enskilde individen. Genom att bli sedd och få uppskattning ifrån de andra i gruppen menar Cederlund & Berglund (2014) att individens självkänsla stärks, vilket bidrar till att

känslan av livskvaliteten ökar. Individen kan genom den kreativa gemenskapen få ökad kreativitet och känna sig engagerade i gemenskapen på ett stärkande sätt. Genom att individen stärks i sig själv, återfås hoppfullhet inför framtiden. Kreativt skapande som gruppintervention ses därför som stärkande av våra informanter och detta i sin tur ger individerna i gruppen ökad möjlighet att närma sig arbetsmarknaden.

I våra intervjuer framkommer att gruppammansättningen ses som positiv och givande, vilket ur socialarbetarnas perspektiv kan vara korrekt. Hur denna sammansättning ses från deltagarnas synvinkel vet vi inte. Därför kan vi inte heller avgöra om gruppen enbart verkar positivt, eller om gruppen också bidrar till den stigmatisering som individen redan är utsatt för då individen inför insatsen bedömts och kategoriserats. Detta gör att flera individer kan ha grupperats utifrån vissa marginaliserande premisser, exempelvis sjukskrivning och arbetslöshet.

Genom den kreativa insatsen övas färdigheter som kan vara användbara i framtiden – så som att komma i tid, ingå i ett sammanhang där sociala färdigheter övas och hanterandet av egna och andras förväntningar och krav. Att arbeta med dessa individers färdigheter anser vi uppsatsförfattare vara en svår balansgång mellan att vara uppfostrande i sin roll som socialarbetare eller att arbeta med individens egna mål även om målen inte faller innanför ramen för samhällets önskan. I och med att kreativt skapande är en insats som väljs av individerna själva och utgår från deras egna intressen så uppstår inte detta dilemma på samma sätt som det säkerligen kan göra i andra arbetsmarknadspolitiska insatser där det föreligger mindre valfrihet.

Fokus för uppsatsstudien har varit på det kreativa skapandet vilket innebär att strukturella problem som finns kring individer som står långt från arbetsmarknaden inte har undersökts, även fast dessa faktorer kan spela stor roll för den enskilda individen. Det kan handla om exempelvis utbildningsnivå hos individen, ekonomiska faktorer, hur väl individen kan eller inte kan matchas till arbetsmarknaden, eller krav från socialtjänst, arbetsförmedling och försäkringskassa. För att uppsatsstudien skulle bli hanterbar föll valet på att undersöka en del av kedjan av insatser och förutsättningar för den som står långt ifrån arbetsmarknaden, vilket gjort att exempelvis maktaspekter, strukturella hinder och individernas upplevelse av arbetslöshet och ohälsa fått lämnas utanför även om det spelar roll för helheten. Många långtidssjukskrivna upplever en negativ spiral, såväl socialt, hälsomässigt, känslomässig som ekonomiskt, där en väg ut ur en sådan negativ spiral kräver stöttning från samhällets sida (Madsen, 2006). Alla informanter gav oss exempel på hur den samhälleliga strukturen påverkade deras arbete samt hur insatsen kreativt skapande ofta sågs med skepsis. Detta ansåg vi uppsatsförfattare vara väldigt intressant, men var också något vi inom uppsatsstudiens ramar inte hade möjlighet att ta reda på mer om.

Inom fältet är det brist på forskning. Den forskning som finns är ofta inriktad på kreativt skapande i relation till psykisk sjukdom och andra allvarliga hälsotillstånd. Koppling mellan kreativt skapande och socialt arbete hittas främst när det gäller insatser för socioekonomiskt utsatta grupper och områden, men är i övrigt utforskat. Detta har påverkat studien på så sätt att det har varit svårt att finna forskning som gått att använda inom det område som vi har valt att undersöka, vilket i sin tur gör att det blir svårare att upptäcka nyanser i den egna



uppsatsstudien. Det finns få tidigare slutsatser att förhålla sig till för att få mer tyngd i de egna resultaten. Samtidigt visar bristen på forskning att vår uppsatsstudie behövs.

Fancourt & Finn (2018) menar att kulturens och konstens positiva inverkan på hälsa är applicerbart på långsiktiga hälsofrämjande åtgärder. Dock är det brist på evidens mellan kopplingen kultur och hälsa och därmed även brist på kunskap och medvetenhet om hur detta kan användas för hälsofrämjande arbete (ibid.). Detta gör att vi idag, med krav på evidensbaserad praktik och påvisat kostnadseffektiva metoder, inte använder kreativt skapande inom socialt arbete i den grad som både vi uppsatsförfattare och våra informanter anser vi skulle kunna göra. Något som alla våra informanter önskade var att kreativitet, kultur och skapande kunde ses som något mer än "flum", där långsiktig effektivitet och hänsyn till individens känslor och mående kanske kan få gå före kostnader och mätbara effekter. Detta innebar att flera informanter samtidigt som de önskade mer respekt för det kreativa skapandet genom mer forskning och evidens kring ämnet, också menade att forskning och vetenskap inte behöver vara så avgörande som det är idag i arbetet med människor.

Att beforska kreativt skapande och dess effekter inom socialt arbete är något som vi uppsatsförfattare anser vara betydande för det fortsatta arbetet med just kreativt skapande för denna målgrupp. Med mer forskning skulle även metoder kunna utvecklas och beprövas så att kreativt skapande möter upp de krav på evidens som finns. Exempelvis kan forskning som fokuserar på strukturella utmaningar eller långsiktig hälsa vara till gagn för de som inom socialt arbete vill använda sig mer av kreativt skapande i sitt dagliga arbete, vilket skulle rättfärdiga de sociala insatser som idag använder sig, eller vill använda sig, av kreativt skapande i sin verksamhet. Nyttan skulle vara att kreativt skapande skulle kunna få större genomslagskraft och etableras inom socialt arbete som erkänd metod. Risken som vi uppsatsförfattare ser det är att det skulle bli en metod bland andra där manualer och målsättningar tar över det intuitiva och genuina intresset för kreativt skapande, vilket de som jobbar med detta idag har utvecklat och gjort till sitt eget personliga.

Vi ska inte glömma att både vi uppsatsförfattare och informanter från start är positiva till att kultur och kreativt skapande är bra för hälsan – med kultur som stora intressen och som en naturlig del av våra liv har vi en från början en tanke om att kreativt skapande är bra för oss och viktigt för att vi ska må bra. Vi har själva upplevelser och berättelser om hur kreativiteten har påverkat oss positivt i olika skeden av livet. Att vi har valt att studera informanternas upplevelse av hur kreativt skapande kan användas som ett skonsamt sätt att närma sig arbetsmarknaden kan även det problematiseras i och med att informanternas upplevelser inte är en sanning utan just upplevelse. Deras upplevelser bygger dock på det som de själva har iakttagit under insatsens gång, i samtal med individerna som deltagit samt de utvärderingar som gjorts i samband med avslutning av insatsen. Trots att det har saknats uppföljning så har informanterna kunnat berätta om individer som efter avslutad insats kunnat påbörja studier eller börjat att arbeta då dessa individer på eget initiativ hört av sig och berättat detta.

Under hela arbetets gång har vi försökt hålla oss så neutrala som möjligt och ställt kritiska frågor till våra informanter, men få svar har inneburit kritik mot kreativt skapande. Detta kan i sig ses som problematiskt då det inom socialt arbete är viktigt med en kritisk blick, och frågan är då om det kreativa skapandet inte medför några nackdelar, eller om våra

informanter inte själva har reflekterat över negativa aspekter av en kreativ insats. De frågeställningar vi haft och syftet med uppsatsstudien anser vi uppsatsförfattare vara besvarade och väl analyserade. Vi har genom denna uppsats fått bekräftat att kreativt skapande är användbart i det sociala arbetet, och kommer därför sträva efter att själva i vår kommande yrkesroll använda oss av det kreativa skapande så mycket vi kan. Och som en av våra informanter sa – “gå nu ut och förändra världen med er uppsats!”

## Litteraturförteckning

- Adams, R. (2008). *Empowerment, participation and social work*. 4e uppl. New York: Palgrave Macmillan
- Akademikerförbundet SSR. (2015). *Global definition av professionen socialt arbete*. [https://akademssr.se/sites/default/files/files/global\\_definition\\_socialt\\_arbete.pdf](https://akademssr.se/sites/default/files/files/global_definition_socialt_arbete.pdf) [hämtad 2021-09-05]
- Arnoldsson, J. & Moula, A. (2009). Psykiska funktionshinder och socialt arbete- återhämtning, empowerment och kompetens. I A. Moula. (Red.) *Empowermentorienterat socialt arbete*. (s. 183-213). Lund: Studentlitteratur AB
- Askheim, O. P. & Starrin, B. (2007). Empowerment - ett modeord? I O. P. Askheim & B. Starrin. (red.), *Empowerment i teori och praktik*. (s. 9-17). Malmö: Gleerups
- Askheim, O. P. (2007). Empowerment - olika infallsvinklar. I O. P. Askheim & B. Starrin. (red.), *Empowerment i teori och praktik*. (s. 18-32). Malmö: Gleerups
- Björktomta, S-B. & Arnsvik, A. (2016). *Socialt arbete- i rörelse*. (2016:4) <http://uu.diva-portal.org/smash/get/diva2:1145827/FULLTEXT01.pdf> [hämtad 2021-05-11]
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). *Using thematic analysis in psychology : Qualitative Research in Psychology*. 3, 77-101
- Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metod*. 3e uppl. Stockholm: Liber AB
- Cederlund, C. & Berglund, S-A. (2014). *Socialpedagogik - pedagogiskt socialt arbete*. Stockholm: Liber AB
- Cole, A., Jeneffsky, N., Ben-David, S. & Munson, M. R. (2018). Feeling connected and understood: The role of creative arts in engaging young adults in the mental health services. *Social Work with Groups*. 41(1-2), 6-20. DOI: 10.1080/01609513.2016.1258619
- Espvall, M. & Dellgran, P. (2016) For better or for worse? Transformation of social network relations due to long-term illness. *European Journal of Social Work*. 19(5), 795-813. DOI: 10.1080/13691457.2015.1057107
- Fancourt, D. & Finn, S. (2018) *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. Health evidence network synthesis report (67) <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf?fbclid=IwAR33AIfROYQDYp0p56-dqnfPcNM6h0rGr8Kat1xcLlz8vKutP6WMVdjicw> [hämtad 2021-04-10]
- Folkhälsomyndigheten. (2015) *Hälsa 2020 - ett policyramverk för sektorsövergripande insatser för hälsa och välbefinnande i WHO:s Europaregion*.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/0dd4f55131d5443d9b8efd36d8d7de4c/halsa-2020-sektorsovergripande-policyramverk-insatser-halsa-valbefinnande-15008.pdf> [hämtad 2021-05-10]

Försäkringskassan. (2020). *Socialförsäkringen i siffror 2020*.  
<https://www.forsakringskassan.se/download/18.4d7a03d617b3a126505ca/1629796473238/socialforsakringen-i-siffror-2020.pdf> [hämtad 2021-09-06]

Herz, M. (2016). *Levande socialt arbete - vardagsliv, sörjbarhet och sociala orättvisor*. Stockholm: Liber AB

Huber, M., Knottnerus, J. A., Lawrence Green, L., van der Horst, H., Jadad, A. R., Kromhout, D., Leonard, B., Lorig, K., Loureiro, M. I., van der Meer, J. W. M., Schnabel, P., Richard Smith, R., van Weel, C. & Smid, H. (2011). How should we define health? *BMJ: British Medical Journal*. 343(7817), 235-237. DOI: 10.1136/bmj.d4163

Integritetsmyndigheten. (2016). *Dataskyddsförordningen (GDPR)*

Jönsson, L. R. (2002). Stigma och skam - en explorativ studie om arbetslöshet bland tjänstemän. *Nordisk Socialt Arbeid*. 3, 153-160.

Karlsson, M. (2006). *Självhjälpsgrupper*. Lund: Studentlitteratur AB

Madsen, B. (2006). *Socialpedagogik - Integration och inklusion i det moderna samhället*. Lund: Studentlitteratur AB.

Maier, S. F. & Seligman, M. E. (1976) Learned helplessness: Theory and evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 105(1), 3–46. DOI: 10.1037/0096-3445.105.1.3

Moula, A. (2009a). Empowermentmodellen - ett socialvetenskapligt och rationellt perspektiv. I A. Moula. (Red.) *Empowermentorierat socialt arbete*. (s. 43-53). Lund: Studentlitteratur AB

Moula, A. (2009b). Verkställande funktioner. I A. Moula. (Red.) *Empowermentorierat socialt arbete*. (s. 97-104). Lund: Studentlitteratur AB

Nilsson, M. (2014). Att samla in kvalitativa data - halvstrukturerade intervjuer. I M. Hjerm, S. Lindgren & M. Nilsson. (Red.) *Introduktion till samhällsvetenskaplig analys*. 2a uppl. (s.149-165). Malmö: Gleerups

Panican, A. & Ulmestig, R. (2011). Frälsningen, lagen och sanningen i ett kommunalt aktiveringsprojekt. *Socionomens forsknings supplement*. 30. 44-55. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:491075/FULLTEXT01.pdf> [hämtad 2021-05-13]

- Peterie, M., Ramia, G., Marston, G. & Patulny, R. (2019). Social isolation as stigma-management: Explaining long-term unemployed people's 'failure' to network. *Sociology*. 30(6), 1043-1060. DOI: 10.1177/0038038519856813
- Region Jönköpings Län. (2021) *Kulturunderstödd rehabilitering (KUR)*. <https://www.1177.se/Jonkopings-land/behandling--hjalpmedel/smartbehandlingar-och-rehabilitering/kulturunderstodd-rehabilitering/> [hämtad 2021-04-15]
- Region Skåne. (2019). *Kultur på recept*. <https://www.skane.se/organisation-politik/om-region-skane/Publikationer/Halsa-och-sjukvard/kultur-pa-recept/> [hämtad 2021-04-15]
- Schön, U-K. (2012). Vad avses med återhämtning?. I C. Bogarve, D. Ershammar & D. Rosenberg. (red.), *Rehabilitering och stöd till återhämtning vid psykiska funktionshinder*. (s. 20-41). Stockholm: Gothia Förlag AB
- Secker, J., Loughran, M., Heydinrych, K. & Kent, L. (2011). Promoting mental well-being and social inclusion through art: evaluation of an arts and mental health project. *Arts & Health*. 2(01), 51-60. DOI: 10.1080/17533015.2010.541267.
- Stacey, G. & Stickley, T. (2010). The meaning of art to people who use mental health services. *Perspectives in Public Health*. 130(2), 70-77. DOI: 10.1177/1466424008094811
- Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningssed*. [https://www.vr.se/download/18.2412c5311624176023d25b05/1555332112063/God-forsknings-sed\\_VR\\_2017.pdf](https://www.vr.se/download/18.2412c5311624176023d25b05/1555332112063/God-forsknings-sed_VR_2017.pdf) [hämtad 2021-05-10]
- Wang, S., Mak, H. W. & Fancourt, D. (2020). Arts, mental distress, mental health functioning & life satisfaction: fixed-effects analyses of a nationally-representative panel study. *BMC Public Health*. 20(1), 1-9. DOI: 10.1186/s12889-019-8109-y
- Wheatley, D. & Bickerton, C. (2017). Subjective well-being and engagement in arts, culture and sports. *Journal of cultural economics*. (41), 23-45. DOI: 10.1007/s10824-016-9270-0
- Wikström, B-M. (2004). Older adults and the arts: the importance of aesthetic forms of expression in later life. *Journal of gerontological nursing*. 30(9), 30-36. DOI: 10.3928/0098-9134-20040901-07
- Westerlund, H. (2007). Det finns bruk för alla - empowerment utanför arbetsmarknaden?. I O. P. Askheim & B. Starrin. (red.), *Empowerment i teori och praktik*. (s. 90-103). Malmö: Gleerups
- World Health Organization, WHO. (2021). *Who we are - Constitution*. <https://www.who.int/about/who-we-are/constitution> [hämtad 2021-05-11]

Zimmerman, M. A. (1990) Toward a theory of learned hopefulness: A structural model analysis of participation and empowerment. *Journal of research in personality*. 234(1) 71-86. DOI: 10.1016/0092-6566(90)90007-S

Öberg, N. (2021, 13 maj). Försäkringskassan: Vi tar intryck av skarpa kritiken. *Svenska Dagbladet*. <https://www.svd.se/f-kassan-vi-tar-intryck-av-skarpa-kritiken> [hämtad 2021-09-06]

Öbrink, A. (2021, 5 april). Kommuner missnöjda med stängda arbetsförmedlingar: "Långtidsarbetslösa drabbas". *Sveriges Television*. <https://www.svt.se/nyheter/inrikes/kommuner-missnojda-med-stangda-arbetsformedlingar-langtidsarbetslosa-drabbas> [hämtad 2021-09-06]

## Bilaga 1

### Intervjuguide

Syftet är att ta reda på hur socialarbetaren upplever att kreativt skapande kan användas som komplement till utbudet av insatser som ett sätt för individer att ta sig tillbaka till arbetsmarknaden.

1. Berätta om din bakgrund såväl inom socialt arbete som med kreativt skapande som metod.
2. Berätta om verksamheten, målgruppen och deras behov.
3. Vilket syfte finns med kreativt skapande för individer i grupp som en arbetsmarknadspolitisk åtgärd?
4. Finns det en tydlig målsättning med gruppverksamheten och hur är den formulerad?
  - a. fördelar/nackdelar?
5. Är deltagarna delaktiga hur verksamheten/arbetet utformas?
  - a. På vilket sätt?
  - b. Varför/varför inte?
  - c. fördelar/nackdelar?

*Hur används kreativt skapande i socialt arbete i grupper med individer som står utanför arbetsmarknaden?*

1. Hur ser kraven på utformningen ut utifrån uppdragsgivarens sida? (om sådan finns)
  - a. Hur ser du på dessa krav?
  - b. Vad fungerar/fungerar inte med dessa krav?
    - i. Varför/Varför inte?
2. Beskriv hur du använder kreativt skapande som metod och verktyg.
3. Så som du arbetar, är det förankrat i forskning/evidensbaserad praktik?
4. Har du genom egen erfarenhet utvecklat egna verktyg/metoder inom kreativt skapande i arbetet med dessa grupper?
  - a. Isåfall, varför?
  - b. Hur har du gjort detta?
  - c. Vad har du utvecklat?

*Vad tillför kreativt skapande som inte kan fås genom ordinarie insatser?*

1. Tänker du att kreativt skapande tillför något som andra insatser inte gör?
  - a. Varför/hur tillför kreativt skapande detta?
  - b. Finns det nackdelar med att använda kreativt skapande som metod?
    - i. Kan man missa något?

2. På vilket sätt upplever du att kreativt skapande gör att individerna får ökade förutsättningar för att ta sig ut på arbetsmarknaden/studier?
3. Hur tydligt är det för gruppdeltagarna att detta är en väg mot arbetsmarknaden/studier?
  - a. Har det någon betydelse för deltagarna?
    - i. Hur och varför?
4. Följs deltagarna upp på något sätt?
  - a. Hur och varför?

Slutligen, är det något du skulle vilja tillägga?

Tack för din medverkan!



## Bilaga 2

### Information och förfrågan om medverkan i uppsatsstudie

Hej!

Vi heter Viktoria och Charlotte och studerar termin sex på Socialpedagogiska programmet vid Högskolan Väst i Trollhättan. Just nu håller vi på att skriva vårt examensarbete.

I vår uppsatsstudie vill vi undersöka hur de som arbetar med grupper av individer som står utanför arbetsmarknaden använder sig av kreativt skapande som verktyg och metod. Vi vill veta vad kreativt skapande kan tillföra till den mer traditionella hjälp som arbetsförmedlingen erbjuder. Vi vill intervjua personer som har erfarenheter av att använda kreativt skapande i arbetet med grupper av individer som står utanför arbetsmarknaden men som är på väg tillbaka till studier eller arbetsliv. Intervjuerna vill vi genomföra så snart som möjligt nu under april 2021.

Deltagandet i intervjun är frivilligt, vilket innebär att deltagandet också närsomhelst utan motivering går att avbryta. Själva intervjun kommer att ta ungefär en timme och spelas in för att sedan transkriberas och användas i uppsatsens resultat- och analysdel. Eftersom vi befinner oss i den tid vi gör är vi flexibla i hur intervjun genomförs, på plats hos er, via Zoom eller på annat lämpligt sätt.

Vi följer de forskningsetiska principer som fastställts av vetenskapsrådet och förhåller oss även till Dataskyddsförordningen GDPR's bestämmelser om skydd och behandling av personuppgifter. De forskningsetiska principerna innebär att informera den person som ska intervjuas om studien och dess syfte, vem som kommer nyttja den och vem som är uppdragsgivare. Det innebär också att inhämta samtycke kring genomförandet, konfidentialitet kring de insamlade uppgifterna samt att skydda dessa från att obehöriga tar del av dem. Att vi förhåller oss till GDPR innebär att vi inte samlar in mer uppgifter än vad som krävs och att uppgifterna inte heller sparas längre än vad som är nödvändigt för ändamålet. Inspelat material och annat material som röjer informantens identitet kommer därför endast att hanteras av oss och vår handledare samt kommer att raderas när examensarbetet blivit godkänt. Med informantens godkännande kan positionen i organisationen samt organisationen informanten är verksam inom framkomma i den publicerade uppsatsen.

Om det finns intresse av att delta i vår studie eller om du har frågor kring studien, vänligen kontakta Viktoria eller Charlotte. För övergripande frågor kan ni även kontakta vår handledare Kristine Crondahl. Se e-postadresser nedan.

Med vänlig hälsning,

Viktoria Lindén, [viktoriam.linden@student.hv.se](mailto:viktoriam.linden@student.hv.se)

Charlotte Stensdotter Wikhall, [charlotte.stensdotter-wikhall@student.hv.se](mailto:charlotte.stensdotter-wikhall@student.hv.se)

Handledare: Kristine Crondahl, [kristine.crondahl@hv.se](mailto:kristine.crondahl@hv.se)