



Högskolan  
Kristianstad

Högskolan Kristianstad  
291 88 Kristianstad  
044 250 30 00  
[www.hkr.se](http://www.hkr.se)

**Självständigt arbete (examensarbete), 15 hp, för  
Kandidatexamen i sociologi  
VT 2023  
Fakulteten för hälsovetenskap**

**“Det är mycket leende, men bakom leendet ser man att det är rätt tungt.”**

- En kvalitativ undersökning om hur fritidsledare arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar

**Vlerta Berisha och Andrej Mahova**

**Författare**

Vlerta Berisha och Andrej Mahova

**Titel**

“Det är mycket leende, men bakom leendet ser man att det är rätt tungt.” En kvalitativ undersökning om hur fritidsledare arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar.

**Engelsk titel**

"There's a lot of smiling, but behind the smiling you can see that it's quite heavy." A qualitative survey on how recreation leaders work to destigmatize mental illness among young people.

**Handledare**

Jonas Ringström

**Examinator**

Sari Pekkola

**Sammanfattning**

Studiens syfte var att undersöka hur fritidsledare arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgården. Fokus riktades på fritidsledaren och dennes roll i arbetet med ungdomarna som besöker fritidsgården. För att undersöka hur fritidsledare arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomarna som besöker fritidsgården har en kvalitativ studie med semistrukturerade intervjuer utförts. Detta för att få en djupare förståelse och inblick i respondenternas tankar, kunskaper och erfarenheter gällande rollen som fritidsledare samt arbetet med att avstigmatisera psykisk ohälsa. Resultatet analyserades utifrån teorin om stigma samt teorin om känsla av sammanhang. Resultatet i studien visade att fritidsledarna arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomarna som besöker fritidsgården samt att man arbetar på lite olika sätt. Fritidsledarna har en betydande roll i arbetet med psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgården då fritidsledaren varken är ungdomens förälder eller lärare, utan en trygg utomstående vuxen. Fritidsledarna samarbetar nära med andra organisationer för att motverka att en ungdom får illa och gör de insatser som krävs för att hjälpa ungdomen till en trygg tillvaro.

**Ämnesord**

Stigma, fritidsgård, avstigmatisering, fritidsledare, psykisk ohälsa

**Author**

Vlerta Berisha och Andrej Mahova

**Title**

"There's a lot of smiling, but behind the smiling you can see that it's quite heavy." A qualitative survey on how recreation leaders work to destigmatize mental illness among young people.

**Supervisor**

Jonas Ringström

**Examiner**

Sari Pekkola

**Abstract**

The purpose of the study was to investigate how recreation leaders work to destigmatize mental illness among young people who visit the recreation center. The focus was on the leisure leader and his role in working with the young people who visit the leisure park. In order to investigate how leisure leaders work to destigmatize mental illness among the young people who visit the leisure center, a qualitative study with semi-structured interviews has been carried out. This is to gain a deeper understanding and insight into the respondents' thoughts, knowledge and experiences regarding the role of leisure leader and the work to destigmatize mental illness. The results were analyzed based on the theory of stigma and the theory of sense of coherence. The results of the study showed that the recreation leaders work to destigmatize mental illness among the young people who visit the recreation center and that they work in slightly different ways. Leisure leaders have a significant role in the work with mental illness among young people who visit the leisure center as the leisure leader is neither the youth's parent nor teacher, but a safe outside adult. The leisure leaders work closely with other organizations to prevent a young person from getting into trouble and make the necessary efforts to help the young person to a safe existence.

**Keywords**

Stigma, youth recreation center, destigmatize, recreation leaders, mental illness

## **Förord**

Vi vill rikta ett stort tack till de fritidsledare som deltagit i denna studie. Ni gör ett stort och betydelsefullt arbete med ungdomarna som besöker fritidsgården. Er roll som en utomstående trygg vuxen värdesätts av otaliga ungdomar. Tack för att ni tog er tid och för att ni delat med er av tankar, kunskap och erfarenheter. Utan er hade denna studie inte varit möjlig.

# Innehållsförteckning

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Innehållsförteckning</b> .....  | <b>4</b>  |
| <b>1. Inledning</b> .....  | <b>5</b>  |
| 1.1 Syfte.....   | 6         |
| 1.2 Frågeställningar.....  | 6         |
| 1.3. Bakgrund.....   | 8         |
| 1.3.1 Litteratur.....  | 8         |
| 1.3.2 Psykisk ohälsa bland ungdomar.....   | 8         |
| 1.3.3 Fritidsgården.....   | 9         |
| 1.3.4 Fritidsledaren.....  | 9         |
| 1.3.5 Tidigare forskning.....  | 10        |
| <b>2. Metod</b> .....  | <b>12</b> |
| 2.1 Intervjuguide och genomförande.....  | 13        |
| 2.2 Urval.....   | 13        |
| 2.3 Dokumentation av intervjuer.....   | 13        |
| 2.4 Forskningsetik.....  | 14        |
| 2.5 Metoddiskussion.....   | 15        |
| <b>3. Teorier</b> .....  | <b>16</b> |
| 3.1 Aaron Antonovsky: Känsla av sammanhang.....  | 16        |
| 3.2 Erving Goffman: Stigma.....  | 17        |
| <b>4. Resultat och analys</b> .....  | <b>19</b> |
| 4.1 Vilken funktion upplever fritidsledarna att de fyller i ungdomars liv?.....  | 19        |
| 4.2 Ungdomars hälsa.....   | 21        |
| 4.2.1 Den psykiska ohälsan.....  | 22        |
| 4.3 Hur arbetar fritidsledare med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar?.....   | 24        |
| 4.4 Hur kan teorin om känsla av sammanhang användas för att arbeta med psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgårdar?..... | 25        |
| 4.5 Samarbetar fritidsgårdar med andra organisationer vid arbete med psykisk ohälsa bland ungdomar?.....                             | 26        |
| <b>5. Avslutande diskussion</b> .....  | <b>29</b> |
| <b>Referenslista</b> .....   | <b>32</b> |
| <b>Bilaga 1. Missivbrev</b> .....  | <b>35</b> |
| <b>Bilaga 2. Intervjuguide</b> .....   | <b>36</b> |
| <b>Bilaga 3. Intervjupersoner</b> .....  | <b>38</b> |

# 1. Inledning

Socialstyrelsen (2017) skriver i rapporten *Utveckling av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna* att den psykiska ohälsan har ökat bland barn och unga vuxna i Sverige de senaste 20 åren. Både inrapporterade besvär och diagnostiserade diagnoser utgör grunden för ökningen. Anledningen till utvecklingen är osäker medan man från Socialstyrelsens håll ser det som fundamentalt att följa upp och beskriva utvecklingen. En utmärkande egenskap för ökningen av den psykiska ohälsan är att den finns i ungdoms populationen. Orsaken till utvecklingen går att tillskrivas de miljöer som barn och unga befinner sig i, där Socialstyrelsen nämner skolperioden som en faktor (ibid 2017).

Begreppet stigma kommer ursprungligen från grekerna, som förlitade sig mycket på visuella hjälpmedel. Grekerna skapade således termen stigma för att benämna kroppsliga tecken avsedda att påvisa något ovanligt och ofördelaktigt i en persons status. Tecknen som brändes eller skar in i kroppen visade att personen var oren och en person som man måste undvika. Idag används begreppet ofta i ett sammanhang likt det ursprungliga, men i avseende själva olycksödet snarare än dess kroppsliga kännetecken (Goffman 2020: 23). Den sociala miljön avgör vilka kategorier av människor som stöts på. Sociala umgängesregler inom varje etablerad miljö möjliggör att umgås med förväntade andra utan att behöva ägna uppmärksamhet eller åtanke åt saken. När en främling dyker upp i vår närvaro brukar första åsynen av honom vara tillräcklig för att man ska kategorisera honom och tillskriva honom vissa egenskaper i hans "sociala identitet". Vi utgår från dessa antaganden och omformar dessa till normativa förväntningar. När främlingen befinner sig i vår närvaro kan det framgå att han har en egenskap som gör honom olik övriga personer som tillhör den kategorin där han placeras, en mindre önskvärd egenskap som gör honom usel eller svag. På detta vis reduceras han i vårt medvetande från en vanlig människa till en fläckad, misskrediterad person. En sådan egenskap utgör ett stigma, särskilt om den misskrediterande effekten är omfattande (Goffman 2020: 24).

Folkhälsomyndigheten (2020) rapporterar att personer med psykiatriska tillstånd upplevt att man blivit sämre bemött och sämre behandlad på grund av sin psykiska ohälsa även vid fysiska hälsoproblem. Detta har hindrat många från att söka hjälp från vården i tid, vilket kan få konsekvenser för den fysiska och psykiska hälsan. Stigmatiseringen kan också leda till att individen inte söker vård för att undvika att etiketteras med psykisk ohälsa. Stigma kopplat till psykisk ohälsa är ett forskningsområde som studerats utifrån olika discipliner som psykologi och sociologi (Folkhälsomyndigheten 2020).

## 1.1 Syfte

Inom den psykiska hälsans sociologi finns en inriktning om den sociologiska forskningen och teoribildningen kring psykisk ohälsa. Inriktningen handlar om förhållandet mellan det psykiska hälsotillståndet och den sociala omgivningen (Hetzler 2008), vilket gör detta arbete till sociologiskt relevant. Arbetet avser att lägga fokus på psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgårdar. I detta arbete utgörs den sociala omgivningen av fritidsgårdar och fritidsledare.

Begreppet psykisk ohälsa används för att förklara olika former av psykisk ohälsa, psykiatriska problem, psykisk störning, psykisk sjukdom samt psykiska funktionsnedsättningar. Begreppet används allt oftare som ett avseende för att täcka olika aspekter av psykisk lidande. Begreppet psykisk ohälsa används många gånger som ett samlingsnamn för att omfamna allt ifrån svåra störningar/sjukdomar till en mängd vanliga psykiska hälsoproblem med milda symptom (Vilhelmsson 2014).

I detta arbete används begreppet psykisk ohälsa som ett samlingsnamn för att omfamna alla former av psykisk ohälsa. Arbetet riktar sig främst mot vanliga psykiska hälsoproblem, hälsoproblem såsom att må dåligt, ångest, depression, tuffa förhållanden i hemmet samt problematisk skolfrånvaro. Nära begreppet psykisk ohälsa används begreppet psykosocial.

“Psykosocial visar samhörigheten mellan de psykiska och sociala processer samt att dessa ständigt samspelar med varandra. Begreppet används för att förklara ett samspel mellan människors sociala omvärld och sätten att reagera på den” (Psykologiguiden 2023). Vilket kan betyda att man arbetar med individens välmående i förhållande till sin omgivning, stärka hennes nätverk samt hitta en meningsfull gemenskap. Det kan också handla om att förklara en individs svårigheter för andra myndigheter eller andra former av samverkan. Psykosocialt stöd kan både vara preventivt och kurativt (Transkulturellt centrum 2023).

## 1.2 Frågeställningar

Syftet med arbetet är att undersöka hur fritidsledare arbetar med ungdomar som lider av psykisk ohälsa som besöker fritidsgården. Undersökningsmaterialet utgörs av fritidsledarens utsagor av deras arbete och deras roll i arbetet med psykisk ohälsa bland ungdomar.

Frågeställningarna som utgör grunden för arbetet är tre deskriptiva frågeställningar som kommer att besvaras med hjälp av fritidsledarnas utsagor. Frågeställningarna fokuserar på fritidsledarens arbete, samarbete och funktion i arbetet med psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgården. En analytisk frågeställning finns även med i arbetet som kommer att användas i analyskapitlet utifrån teori om känslan av sammanhang. Nedan presenteras arbetets frågeställningar:

### **Hur arbetar fritidsledare med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar?**

Syftet med denna fråga är att få en uppfattning av hur fritidsledare arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgården. Fritidsledarens primära uppgift är att skapa en meningsfull fritids för ungdomarna som besöker fritidsgården. Genom att interagera med olika typer av människor träffar fritidsledaren både de som mår bra och de som mår mindre bra.

### **Samarbetar fritidsledare med andra organisationer vid arbete med psykisk ohälsa bland ungdomar?**

Fritidsledarna stöter under sitt arbete på olika individer. Vissa individer har det och mår bättre, medan andra har det och mår sämre. När fritidsledarna stöter på dessa olika individer, i synnerhet dem som mår sämre, har man som tjänsteman plikten att agera om något är fel eller oroväckande. Genom denna fråga avser vi att ta reda på vilka andra organisationer fritidsledarna samarbetar med under sitt arbete med ungdomar som lider av psykisk ohälsa.

### **Vilken funktion upplever fritidsledarna att de fyller i ungdomars liv?**

Tanken med denna fråga är att ta reda på hur fritidsledarna själva upplever sin roll i ungdomarnas liv. Varje yrkeskategori är unik och viktig på sitt eget sätt. Fritidsledare arbetar med ungdomar som av olika anledningar valt att besöka fritidsgården. Genom att få ett subjektivt perspektiv av fritidsledarens roll i ungdomars liv kan det även framgå vad som fick fritidsledarna att själva börja arbeta som fritidsledare.



## **Hur kan teorin om känsla av sammanhang användas för att arbeta med psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgårdar?**

Denna frågeställning utgår från Antonovskys (1989) teori om känsla av sammanhang. Teorin tar upp vilka faktorer som krävs för att en individ ska känna en känsla av sammanhang. Genom att ta med denna fråga avser vi att ta reda på hur fritidsgårdarna arbetar för att skapa en känsla av sammanhang för ungdomar som besöker fritidsgården.

### **1.3. Bakgrund**

I detta avsnitt presenteras bakgrund till förekommande begrepp och nyckelfaktorer inom ramen för arbetet samt tidigare forskning.

#### **1.3.1 Litteratur**

Litteraturen i detta arbete utgörs av relevant studentlitteratur i form av böcker inom sociologi och metod, tidigare uppsatser som skrivits inom liknande studieområden, styrdokument utgivna av relevanta organisationer samt artiklar om tidigare forskning.

Vid sökningen av underlag användes Högskolans Kristianstad uppsatsportal, Diva-portal samt PubMed som databaser. För att få fram precis litteratur översattes nyckelbegreppen, *känsla av sammanhang*, *psykisk ohälsa* samt *tonåringar* till engelskans *sense of coherence*, *mental illness* samt *adolescent*. Begreppen användes i olika sökkombinationer som till exempel *sense of coherence AND mental illness AND adolescent*.

#### **1.3.2 Psykisk ohälsa bland ungdomar**

Socialstyrelsen (2017) skriver att de vanligast förekommande formerna av psykisk ohälsa bland ungdomar uppges vara ångestsyndrom och depression, det tas även upp att man ser en utveckling av riskabelt bruk av olika substanser hos unga män. Ibid. (2017) prognoserar att den psykiska ohälsan kommer fortsätta samt att besvären blir större och bestående. Det finns olika faktorer som nämns när det talas om psykisk ohälsa. En av faktorerna är ungdomars psykosociala förhållande, där skolperioden men också övergången till vuxenlivet är faktorer som lyfts fram.

### **1.3.3 Fritidsgården**

Fritidsgårdsverksamheten är en öppen verksamhet som tillhandahåller fritidsaktiviteter för barn och ungdomar. Aktiviteterna är till för att främja barn och ungdomars individuella utveckling samt välbefinnande. Fritidsledarna arrangerar aktiviteter för barn och ungdomar för att främja deras pedagogiska, kognitiva samt fysiska utveckling och förmåga.

Aktiviteterna som sker på fritidsgården är inte inriktade på skola, utan aktiviteter som har som mål att skapa en meningsfull fritid. Den fria tiden är av stor betydelse för ungdomar där aktiviteterna som fritidsgården tillhandahåller handlar inte bara om att ha roligt på fritiden. Fritidsgården utgör även en plats som kan vara främjande för barnets och ungdomens hälsa, där meningsfulla relationer till fritidsledare är en betydande faktor för att skapa en trygg miljö (Thoumy 2019).

### **1.3.4 Fritidsledaren**

Fritidsledaren har en betydelsefull roll för barnet och ungdomen som besöker fritidsgården, där ungdomarna upplever fritidsledarna som viktiga personer i sina liv där fritidsledarna många gånger får rollen som storasyskon eller som en utomstående trygg vuxen att lita på. Fritidsledarna lyssnar på ungdomen och finns närvarande när de känner behov av en utomstående vuxen stöttning. Stöttningen kan handla om allt ifrån vardagliga utmaningar till känsliga situationer som uppstått i ungdomens liv (Thoumy 2019).

Fritidsledaren arbetar inom olika områden som berör samhället. I arbetet handlar det om att möta olikheter och olika behov som finns inom målgruppen man arbetar med. Målgruppen, olikheterna samt behoven varierar, men utgörs av i grunden av barnen och ungdomarna som valt att på sin fria tid besöka fritidsgården. En fritidsledares primära arbetsuppgift är att skapa en gynnsam fritid för barnet och ungdomen genom att skapa meningsfulla relationer mellan individerna, där det såväl handlar om relationer mellan besökarna men också mellan fritidsledare och besökare. Grunden i arbetet som fritidsledare kännetecknas av att inta en uppmuntrande inställning till alla individers olikheter (Fritidsledarskolorna 2010).

När en tillit till barnen och ungdomarna skapas, stärks också relationen och närheten mellan barnet, ungdomen och den vuxne. Tilliten och den starka relationen och närheten ger barnet och ungdomen möjlighet att kunna tala om viktiga saker som pågår i hennes liv. Om barnet och ungdomen får möjligheten att pröva sina tankar i samtal med en vuxen, utan att tillrättavisas, stärker det barnet och ungdomens vilja och förmåga till ett ställningstagande.

Närheten, relationen och tilliten bidrar till att barnet och ungdomen får en bredare förståelse för ställnings- och ansvarstagande (Svenson 2013).

### 1.3.5 Tidigare forskning

I artikeln *The relationship between sense of coherence and mental health problems from childhood to young adulthood: A meta-analysis* (Schäfer et al., 2023) skriver författarna om känsla av sammanhang och psykisk ohälsa. Individer med en större känsla av sammanhang uppfattar sin miljö som förståelig, och hanterbar samt upplever sitt liv som meningsfullt. Forskning om förhållandet mellan psykisk ohälsa och känsla av sammanhang är nära relaterad till om det finns en stabil känsla av sammanhang i livet. Forskning i yngre åldrar förekommer sällan, även om den delen av individens utveckling är av stor betydelse för skapandet av känsla av sammanhang. Under de senaste åren har framväxande forskning gett stöd för ett negativt samband mellan känsla av sammanhang och psykiska problem i yngre åldrar (Schäfer et al., 2023).

I artikeln *A systematic review of adolescents' sense of coherence and health* (Länsimies et al., 2017) skriver författarna om en systematisk översikt där man avsett att beskriva sambandet mellan ungdomars känsla av sammanhang och hälsa. Översikten utfördes i databaserna PubMed, CINAHL, PsycINFO och Cochrane och manuella sökningar samt i tre vetenskapliga tidskrifter. Utifrån resultaten relateras ungdomars känsla av sammanhang till hälsa i termer av ungdomars livskvalitet, hälsobeteende, psykisk hälsa och familjerelationer. Sammanfattningsvis menar Länsimies (et al. 2017) att teorin om känsla av sammanhang kan användas för att ge en användbar bild av ungdomars hälsa under övergångsfasen till vuxen ålder.

I artikeln *The stigma of mental illness in children and adolescents: A systematic review*, skriver Kaushik, Kostaki & Kyriakopoulos (2016) om att ett av tio barn eller vuxna lider av psykisk ohälsa, varav en av tre söker hjälp. Psykisk ohälsa bland barn och unga är allmänt förekommande, där författarna skriver att mellan 10-20% bland ungdomar mellan åldrarna 5-18 år gamla påverkas. Författarna menar att personer, unga som vuxna som lider av någon form av psykisk ohälsa, är sammanlänkade med dålig prestation i skolan, problem inom familjen, missbruk och våld. Kaushik, Kostaki och Kyriakopoulos (2016) påpekar även i samband med detta hur man har definierat stigma som ett misskrediterande kännetecken som man förknippar med ett givet tillstånd, specifikt riktat mot dem man anser har mindre social status. Författarna skriver att stigma består av tre komponenter: stereotyper, fördomar och

diskriminering. Stereotyper förklarar författarna som inlärd, väldigt förenklade, samt många gånger negativa attityder, ofta omgivna av samhället som ger individer tillåtelse till att effektivt generera snabba intryck av specifika undergrupper, såsom exempelvis att psykiatriker är excentriska, utan att man tvunget tror på dem. Fördomar är stereotyper som är godkända, vilket författarna menar är att de följs av negativa känslomässiga reaktioner. Detta menar författarna leder till att individen undviker samt distanserar sig, som vidare leder till diskriminering. Offentligt stigma refererar till reaktionen av allmänheten på stigmatiserade grupper, som ytterligare kan skapa variationer i personligt stigma (en individs egna syn på en stigmatiserad grupp) eller upplevd stigma ( en individs uppfattning om hur andra ser på en stigmatiserad grupp) (Kaushik, Kostaki & Kyriakopoulos 2016).

## 2. Metod

Under genomförandet arbetet användes en kvalitativ metod där semistrukturerade intervjuer tillämpades. Kvalitativa intervjuer är en vanligt förekommande metod då den tillåter respondenten att skildra sina erfarenheter och kunskaper. Respondenten får möjlighet att uttrycka sig fritt kring frågorna under intervjutillfället (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020:135). Semistrukturerad intervjumetod ger intervjuaren tillåtelse att rätta sina frågor under intervjun, vilket är användbart då undersökningen avser att framställa djupgående svar (Denscombe 2018: 268–269).

Intervjuerna utfördes under ett en-till-en förhållande mellan intervjuare och respondent vilket av Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020: 136) beskrivs som direkta intervjuer. Direkta intervjuer möjliggör en djupgående inblick i respondenternas upplevelser och erfarenheter. Valet av intervjuformen ansågs vara lämpligast för detta arbete då undersökningen avser att fokusera på fritidsledarnas utsagor (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020: 136).

Vid två intervjutillfällen genomfördes gruppintervjuer där intervjuaren intervjuade två respondenter samtidigt. Genom att intervjuar fler personer samtidigt kunde vi öka antalet deltagare i undersökningen. Ökandet av antalet deltagare gav fördelar när det kom till den representativa data i arbetet. Genom att inkludera fler deltagare kunde undersökningen täcka ett bredare spektrum, men också få en större variation av erfarenheter och åsikter i undersökningen. Gruppintervjun genomfördes på samma sätt som intervjuerna som skedde en-till-en i den bemärkelsen att intervjuaren stod i centrum för interaktionen som ägde rum. Skillnaden bestod i att varje fråga inte bara kunde generera ett svar från en intervjuad, utan flera olika svar från respondenterna vid intervjutillfället. Användningen av gruppintervjun handlar om ett kvalitativt incitament beträffande att en gruppdiskussion eller, som i detta fall, en pardiskussion, kunde vara mer belysande. Gruppdiskussionen gav respondenterna möjligheten att lyssna till alternativa synpunkter under intervjutillfället samt uttrycka stöd och ifrågasätta synpunkter och åsikter som lyfts (Denscombe 2018: 270-271).

## **2.1 Intervjuguide och genomförande**

Innan intervjuerna inleddes presenterade intervjuarna sig själva och arbetet med hjälp av missivbrevet (Bilaga 1), där även syftet med arbetet upprepades. Frågorna och proceduren presenterades med hjälp av intervjuguiden (Bilaga 2), som lade grunden till intervjuerna som genomfördes under arbetet (Johannessen, Tuft & Christoffersen 2020: 136). Framställningen av intervjuguiden lämpas efter arbetets syfte och den data som vi velat samla in. Johannessen, Tuft och Christoffersen (2020: 139) skriver att det är viktigt för att generera väsentlig information vid intervjutillfället. Även etiska riktlinjer gällande anonymitet, datainsamling, återkoppling samt respondentens rätt att neka eller avbryta intervjun framfördes. Efteråt ställdes frågor om fritidsledaren, vilka sedan efterföljdes av frågor om ungdomar man arbetar med, för att sedan avslutas med frågor om fritidsledarens kunskap i arbetet med psykisk ohälsa. Frågorna under intervjun var alla viktiga då varje fritidsledares bakgrund och historia samt kunskapen var unik. Fritidsledarna kontaktades via e-post där de informerades om studien och dess syfte och tillfrågades om att delta.

## **2.2 Urval**

Under urvalsprocessen utfördes ett icke-sannolikhetsurval som innebar att vi under urvalsprocessen hade möjlighet att välja ut respondenter ur en större population. Icke-sannolikhetsurval användes dels på grund av geografiska faktorer såsom att forskarna befinner sig på olika geografiska platser, och dels på grund av att forskarna sedan tidigare haft kontakt med vissa respondenter ur undersöknings populationen (Denscombe 2018: 59). Syftet med urvalet var att producera precisa data utan att behöva samla in data från hela populationen (Denscombe 2018: 57). I och med att intervjuarna befann sig på olika geografiska platser i Sverige valdes därför fritidsledare som fanns i intervjuarnas geografiska närhet. Ett begränsat antal kvalitativa intervjuer gjorde att studien omfattade en mindre del i en potentiellt större population vilket har lett till att intervjuarna haft bestämmanderätt och valfrihet att kontakta respondenterna.

## **2.3 Dokumentation av intervjuer**

Under intervjuerna tillämpades ljudinspelning och fältanteckningar med syfte att samla in mer precis data vid intervjutillfället. Ljudinspelning är ett hjälpmedel som används vid intervjuer

för att skapa en bestående dokumentationsinformation. Hjälpmedel som ljudinspelning och anteckningar kan medföra brister i form av att respondenten kan känna sig hämmad från att uttrycka sig fritt under intervjun samt att ljudinspelningen missar icke-verbal kommunikation. Fältanteckningar är ett komplement till ljudinspelningen där intervjuaren kan anteckna väsentlig information som ljudupptagningen missar (Denscombe 2018: 284–286).

## **2.4 Forskningsetik**

De forskningsetiska principerna är en viktig del i valet av och utformningen av metoder vid undersökningar, i synnerhet vid samhällsforskning där undersökningar berör människor. Det kan alltid uppstå risker där respondenter utsätts för etiskt oförsvarbara situationer. Det kan handla om att känsliga ämnen tas upp, nonchalant behandling av respondenten eller påverkan på respondenten under intervjutillfället (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020: 74–76).

Under utformningen av undersökningen togs beslutet att rikta in sig på fritidsledare för att få deras upplevelser om hur det ser ut på fritidsgårdarna. Med ämnet psykisk ohälsa som fokus kan intervjufrågorna upplevas som känsliga och personliga. En betydelsefull etisk princip är att som intervjuare ta hänsyn till respondenten. Ytterligare en viktig princip är att försäkra respondenten om att dennes deltagande samt rätten att bestämma vad som framförs under intervjun är helt och hållet upp till denne (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020: 76–77).

Innan intervjuerna påbörjades lästes missivbrevet (se Bilaga 1) upp där vi informerade och försäkrade respondenterna att de själva fick bestämma över vilken information de delade med sig av. Vid vissa fall råkade respondenterna nämna namn och platser, där vi försäkrade om att inga namn, platser eller känslig information kommer att tas med i arbetet. Förutsättningarna för intervjun kommunicerades innan intervjun påbörjades. Respondenten informerades och försäkrades att denne hade rätt att avbryta undersökningen samt välja när, hur och om man ville svara på en fråga som ställdes. Detta gjordes med hjälp av missivbrevet (se Bilaga 1).

Under intervjuerna framkom namn på individer och namn på platser. Vid transkriberingen och analysen av materialet byttes namnen samt platserna ut mot pseudonymer där namnen är fiktiva. En kort beskrivning av intervjupersonerna finns med i Bilaga 3. Enligt Johannessen, Tufte och Christoffersen (2020: 81) betraktas garantin för anonymitet för respondenten som god forskningssed framförallt under intervjuer där information som framgår kan vara känslig.

Uppmärksamhet riktas mot att praktisera ett etiskt förhållningssätt under forskningsprocessen, vilket omfattar planering, insamling, analys och publicering av material (Denscombe 2018: 457–458). Arbetets syfte och samt intervjufrågor granskades innan genomförandet. Informanterna gavs informationen om att arbetet kommer att publiceras på Högskolans uppsatsportal för andra studenter att ta del av, och respondenterna informerades även att de får ta del av slutresultatet om så önskas.

## **2.5 Metoddiskussion**

Intervjuer grundas i relationen mellan intervjuare och respondenter som kan påverka utfallet av intervjun. Syftet med arbetet var att både förklara och förstå hur fritidsledare arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar. Vid arbete med att producera objektiva data är det viktigt att bibehålla ett avstånd till respondenten, för att minska risken att, såväl avsiktligt som oavsiktligt, komma med ledande synpunkter. Eftersom syftet med arbetet var att förstå betydelsen bakom fritidsledares arbete med psykisk ohälsa bland ungdomar lades också fokus på att utveckla en helhetsförståelse av fritidsledarnas utsagor om olika händelser (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020: 149).

Platsen där intervjuerna utförs är av betydelse för informationsvärdet men också för respondentens möjlighet att uttrycka sig. Det är viktigt att välja en plats där respondenten kan koncentrera sig samt känna sig bekväm och avslappnad under intervjutillfället. (Denscombe 2018: 59) I kontakten med respondenter framgick det att platsen och tiden för intervjuerna kunde anpassas efter fritidsledarna. Vi intervjuade totalt 11 fritidsledare där alla intervjuer utfördes på fritidsgården.

Det finns för- och nackdelar med intervjuer som insamlingsmetod. Fördelen med intervjuer är att respondenten får möjlighet att fritt konstruera och utveckla sina svar samt att samtalet med respondenten erbjuder ett annat djup jämfört med en enkätundersökning. Genom att utföra intervjuer individuellt missas inte icke-verbal kommunikation samt att oklarheter kan redas ut. Nackdelen med intervjuer som insamlingsmetod är att det kan vara tids- och resurskrävande. Det kan vara svårt för intervjuaren att komma överens om en tid och plats att utföra intervjun på. Det finns även en risk att intervjuarens närvaro och kroppsspråk kan påverka respondenten vid svar på vissa frågor Denscombe (2018: 292–293).



### **3. Teorier**

Till detta arbete valdes Antonovskys (1989) teori om känsla av sammanhang samt Goffmans (2020) teori om stigma. Antonovskys teori handlar om sammanhanget och hur en känsla av sammanhang är viktig för individen och hennes välmående. En känsla av sammanhang handlar om situationer som är begripliga, hanterbara och meningsfulla för individen. Individer med en större känsla av sammanhang uppfattar sin miljö som förståelig, hanterbar samt upplever sin tillvaro som meningsfull (Schäfer et al., 2023). Goffmans teori handlar om vad stigma innebär, samt hur individen bär sitt stigma. Genom Goffmans teoretiska förhållningssätt till stigma, vilket i detta fall handlar om psykisk ohälsa, tillsammans med Antonovskys praktiska förhållningssätt till tillvaron, och i synnerhet känsla av sammanhang anser vi att teorierna kompletterar varandra i fritidsledarens arbete med psykisk ohälsa.

#### **3.1 Aaron Antonovsky: Känsla av sammanhang**

Teorin om känsla av sammanhang skapades av Aaron Antonovsky under 1990-talet. Teorin används för att mäta känslan av sammanhanget individen befinner sig i. Teorin fokuserar på individens kapacitet och huruvida hon har en tillit till sitt eget kunnande att stå emot nederlag och utmaningar i tillvaron. Individens kapacitet och kunnande anknyts till hennes upplevda välbefinnande och hälsa. Teorin grundar sig i tre begrepp: begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet (Socialstyrelsen 2022), begriplighet handlar om sådant omkring individen, det vill säga om det finns en struktur i sammanhanget, att det är förutsägbart samt att det är begripligt för individen. Begreppet hanterbarhet omfattar de åtkomliga resurser som finns och behövs för individen att hantera sin omgivning. Det sista begreppet i teorin är meningsfullhet där det handlar om utmaningen som individen ställs inför är betydelsefull och värd att inlåta sig i. Känslan av sammanhang kan även verka som en motiverande faktor för individen att delta i obegripliga situationer (Thoumy 2019).

Antonovskys teori om känsla av sammanhang fokuserar huvudsakligen på tre delar: begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Begreppen omfattar faktorer som bland annat struktur, tillgängliga resurser i individens omgivning och engagemang. Faktorer som teorin tar upp handlar om att skapa en miljö för individen att producera en känsla av sammanhang i miljön och sammanhanget hon befinner sig i.

I detta arbete är det tänkt att Antonovskys teori ska sättas i ett fritidsgård sammanhang för att ta reda på hur man utifrån teorin kan gå tillväga med arbetet med psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgårdar. Teorin utgörs av praktiska delar vilket gör att den kan användas som analysverktyg men också i form av en handlingsplan. I denna undersökning är tanken att teorin ska hjälpa till att förstå fritidsledarnas praktiska arbete med arbetet med psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgårdar.

### **3.2 Erving Goffman: Stigma**

Erving Goffman (2020: 23–25) skriver om olika faktorer som förklarar begreppet stigma och hur individen bearbetar sitt stigma. Samhället avgör vilka medel som används för att kategorisera människor, vilka som ses som normala och vilka som ses som avvikare. Den sociala miljön avgör vilken kategori av människor man stöter på. När man stöter på en främling är första åsynen tillräcklig för att kategorisera henne. Däremot kan en avvikande egenskapen som tillskrivs en individ verka som bekräftande på den fulla grupptillhörigheten i en annan grupp (ibid: 23–25). Goffman (2020: 75) skriver om en misskrediterad individ som en individ vars imaginära och verkliga sociala identitet är åtskilda. En individ vars olikhet inte märks vid första ögonkastet är en misskreditabel individ, vars främsta uppgift är att undvika att hennes brister blir bekanta (ibid: 75). Begreppet stigma grundar sig i det misskrediterande samt betecknar en egenskap som misskrediterande. Informationen individen uppvisar om sig själv kallar Goffman (2020: 77) för social information. Den sociala informationen är reflexiv och förkroppsligad genom kroppsliga uttryck som uppfattas av personer i individens närhet. Informationen kan även representera en statussymbol för viss tillhörighet. Goffman (2020: 136) skriver att en misskreditabel individ är vaksam över de omständigheter som hon måste bemästra för att undanhålla information om sig själv.

Vid begreppet informationskontroll tillhör även det Goffman (2020: 112, 147) kallar för att passera och skylning. Att passera handlar om att dölja sitt stigma, där individen själv beslutar att dölja information om sig själv (ibid: 112–113). Skylning är en anpassningsteknik som går under informationskontrollen. Vidare skriver Goffman (2020: 149–150) att individer med ett stigma, som är beredda att medge att de har ett visst stigma, gör stora ansträngningar. Syftet är att reducera spänningen för att avleda uppmärksamheten från sig själva.

Stigmatiseringen kan leda till en självuppfyllande profetia, vilket innebär att individen själv lever upp till stämpeln som någon satt på henne. Individen blir inget mindre än stämpeln hon

fått (Thornberg 2015: 315). Stämpeln påverkar identiteten, hur individen ser på sig själv, i synnerhet när den självuppfyllande profetian uppstår, men också den sociala identiteten påverkas. När en grupp stigmatiserar en individ kan det förklaras med en avhumanisering från gruppen hon exkluderas ifrån. Individen tillhör "de andra", där individen kan få problem med att hitta sig själv, acceptera sig själv och så småningom inkludera sig i andra sammanhang. Som avvikare kan individen komma att associera sig själv med värdelöshet och social exkludering (Thornberg 2015: 316).

Goffmans teori handlar om individen och hur hon bearbetar sitt stigma. Psykisk ohälsa är idag ett stigmatiserat ämne att tala om, vilket försvårar situationen för individen som lider av psykisk ohälsa. Samhället avgör vilka medel som används för att kategorisera individer och vad som räknas som ett stigmatiserat område. I detta arbete används Goffmans teori för att ta reda på hur fritidsledare arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgårdar.

## 4. Resultat och analys

I detta kapitlet analyseras studiens teman utifrån valda teorier och begrepp. Fritidsledarnas berättelser om hur de upplever sitt arbete med psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgården, hur man arbetar avstigmatiserande med psykisk ohälsa bland besökarna och fritidsledarens roll i besökarnas tillvaro analyseras utifrån Goffmans (2020) teori om stigma och Antonovskys (1989) teori om känsla av sammanhang.

En kort presentation av intervjupersonerna görs i bilaga 3.

### 4.1 Vilken funktion upplever fritidsledarna att de fyller i ungdomars liv?

När rollen som fritidsledare tas upp är alla fritidsledare överens om att den är av stor betydelse för ungdomarna som besöker fritidsgården. Fritidsledarna betonar att de varken är ungdomarnas lärare eller föräldrar och att man i rollen som fritidsledare ser sig som en betydelsefull och trygg utomstående vuxen i ungdomens liv.

Vi kan börja med att jag var kaos när jag var liten. Jag mådde inte alls bra med folk som var runtomkring mig, det var dåliga vänner, det kan man helt enkelt säga att jag blev utnyttjad. (...) Det var fritidsledare som tog tag i mig, de såg att jag var på fel väg, det var massa frivilliga organisationer, vi hade fältare, vi hade jättemycket områdespoliser, alla försökte hjälpa mig, om jag ska vara helt ärlig. (Robert)

Robert använder sin egen ungdomstid som exempel när han berättar om hur det kommer sig att han började arbeta som fritidsledare. Han berättar själv att det var just fritidsledare som fick honom tillbaka på rätt väg i livet. Robert berättar att han sedan engagerade sig genom att gå på olika utbildningar där han bland annat gick på utbildningar om hedersrelaterat våld. Genom denna resa började Robert rätta sin väg och han fick ett annat perspektiv på hur han ville att hans framtid skulle se ut.

Jag tänker slå oss för bröstet och säga att det är hur jäkla viktigt som helst (...) jag har både sett och märkt under mina år att vi får reda på så mycket mer, som ingen annan vuxen i deras liv får reda på. Vi är varken deras lärare som ger dem betyg, vi är inte deras föräldrar som de har förväntningar på och så vidare, utan vi är verkligen en trygg vuxen, eller förhoppningsvis en trygg vuxen de kan dela med sig av. Det är problem med kompisen, problem med flickvännen, killen, you name it, att bara få ventilera med en vuxen som lyssnar, tar in och faktiskt ger tillbaka några ord, kanske, väl valda. Jag tror att det är jätte jätteviktigt. (Johannes)

Johannes är inte rädd för att beskriva sin roll som fritidsledare som viktig. Under sina totalt åtta och ett halvt år som verksam inom fritidsgårdsverksamhet har han märkt och förstått att rollen som fritidsledare är av stor betydelse för ungdomarna. Han berättar att rollen som fritidsledare innebär att vara en trygg vuxen för ungdomarna som besöker fritidsgården, där han även menar att fritidsledaren får reda på mycket av det som händer i ungdomens liv, som ungdomarnas föräldrar förmodligen inte alls får reda på.

Jättestor om man skall vara helt ärlig. Sen så brukar jag inte gå runt och tänka så men den är jättestor. För vi är de första som de träffar. Vi är inte lärare, så vi har lite andra förutsättningar, det är en frivillig verksamhet, du behöver inte vara här om du inte vill. För vissa är vi som en extra förälder, ett syskon. För vissa är vi som hjälp för att få köpa något i kafé. Som fritidsledare är du egentligen lite av väldigt mycket. Vi är den första, inte för att ta någon annans roll men vi är den första kuratorn de träffar. Vi är förhoppningsvis en positiv vuxen i deras liv, som en vuxen kompis som kan leda dem vidare. I och med att vi jobbar med ungdomar så snackar vi ungdomarnas språk. Vi är ett mellanläge, kan man säga. För vi är ju inte en förälder, men vi får ju till oss samma saker som en förälder. Vi hjälper med läxor, vi pratar med dem om allt. Och som du säger att man då har den tryggheten hos en vuxen som man inte har för en förälder. Vi är absolut den första som kommer i kontakt med ungdomar. Och vi rör ju oss mycket med XX skolan och XX skolan, där vi rör oss i skolan med dem också. Vi är ju inte kommunala men vi har en överenskommelse med skolorna att vi får vara där och vistas där, vara med i klassrummet och läraren tycker det är okej, och vistas i korridorerna. (Max)

Max är tydlig med att han och hans kollegors roll är viktig för ungdomarna som besöker deras fritidsgård. Under sina snart 12 år inom yrket som fritidsledare ändras aldrig hans syn på ungdomarna, utan som han själv under samtalet påpekade att, "en ungdom är alltid en ungdom". Max har under åren fått en större förståelse och syn på ungdomarna och deras sätt att se på saker och ting. Han upplever att det är fantastiskt att få vara en del av deras liv och se dem utvecklas. För honom är hans roll oerhört viktig och han delar även med sig av hur nära kontakt han har med många ungdomar, där han i många fall kan sitta på sin telefon kl. 02-03 på natten bara för att en ungdom behöver honom i den stunden.

Jättestor! Man påminns om det varje dag. Jag blev påmind om det senast igår. Vi får ju en annan relation till ungdomarna än vad de får i till exempel skolan. För skolan måste de gå till, detta är en öppen verksamhet, det är öppet från 14:00 till 21:00, och de får komma och gå när de vill, det är liksom ingen som tvingar dem hit. De kommer hit för att de vill vara här, och detta gör ju också att relationen till oss, de vill inte göra oss besvikna, för de vet att det leder till att de inte får vara här, och det är en konsekvens som de inte vill ta. (Hanna)

Hanna betonar även hon vikten av sin egen betydelse för sina ungdomar hon träffar och har träffat under sina 10 år som fritidsledare. Under sina tonår besökte Hanna fritidsgården och kände av närheten och kontakten som hon hade till sina fritidsledare när, där fritidsledarna var trevliga och omtänksamma. Där och då kände Hanna att det var exakt så hon ville att hennes ungdomar skulle tycka, tänka om henne samt se henne som en trygg vuxen. Hanna berättar även hur väl man lär känna ungdomarna, ibland mer än vad ungdomarnas föräldrar gör, då hon spenderar så mycket timmar med dem varje dag.

## 4.2 Ungdomars hälsa

En av teorierna som används i analysdelen av arbetet är Goffmans (2020) teori om stigma. Teorin lyfter och berör olika faktorer som förklarar begreppet stigma och hur den stigmatiserade individen bearbetar sitt stigma. Den sociala miljön är av stor betydelse för vilken kategori av individer man stöter på. En avvikande egenskap som tillskrivs en individ kan verka som som fullt bekräftande för en grupptillhörighet i en annan grupp (Goffman 2020: 23–25).

Fritidsledarna är överens om att man arbetar med ungdomar som lider av någon form av psykisk ohälsa. De olika formerna varierar från individ till individ. Under intervjuerna framkom vissa specifika former av psykisk ohälsa som är återkommande på de olika fritidsgårdarna.

Genomgående för intervjuerna är att fritidsledarna är medvetna om att man arbetar med ungdomar som lider psykisk ohälsa. Under intervjun med Carl och Johannes lyfter fritidsledarna en situation som de varit med om nyligen.

(...) Det vet jag bara att det skedde förra veckan här. Mitt i denna öppna salen snackade en ung tjej om mycket jobbiga saker som hade hänt henne, det var öppen för hela gården, då kände den sig uppenbart bekväm med att säga det så pass öppet, så då lyssnade vi självklart, det tror jag också är viktigt för dem runtomkring att se, de lyssnar, de snackar inte iväg, de hyssjar inte, vi kanske inte ska prata om det.  
(Johannes)

Händelsen som Johannes berättar om utspelade sig på fritidsgården. Händelsen kopplas till Goffmans (2020) tankar om att en avvikande egenskap hos en grupp kan verka som bekräftande för en grupptillhörighet i en annan grupp. Gruppen och grupptillhörigheten går att tolka som att platsen, i detta fall fritidsgården där fritidsledare arbetar med ungdomar som lider av psykisk ohälsa. Det går även att tolka att en grupptillhörighet på denna fritidsgård är

de ungdomar som är medvetna om att de bär på ett stigma. I denna grupp kan ungdomarna alltså dela med sig av sina historier bland andra ungdomar med liknande bakgrund.

Det är svårt att veta eller till och med omöjligt att veta vad tjejen i Johannes utsaga gick igenom för att dela med sig av sitt stigma. Goffman (2020: 149–150) menar att individer med ett stigma, som är beredda att medge att de har ett visst stigma, gör stora ansträngningar. Syftet är att reducera spänningen för att avleda uppmärksamheten från stigmat. Vi kan anta att det inte var lätt för tjejen att dela med sig av sitt stigma, vi kan samtidigt också anta att, som Goffman (2020) skriver, att hon gjorde det för att reducera spänningen.

#### **4.2.1 Den psykiska ohälsan**

Fritidsledarna konstaterar att man arbetar med ungdomar som lider av psykisk ohälsa och man beskriver även hur den psykiska ohälsan kan yttra sig. Fritidsledarna berättar att ungdomarna i stor utsträckning själva försöker dölja sin psykiska ohälsa.

Antingen är de undvikande, att de inte vill delta och helt enkelt ser ut att må dåligt och inte vill och inte orkar ha kontakt. Eller också så är de utåtagerande och ger sig på mer aggressiva metoder på sina vänner och andra runt omkring dem, och sig själva. (.....) .Det svåraste är nog att se de ungdomar som inte visar på mycket tydliga tecken på sin hälsa och uppmärksamma dem extra och få hjälpt dem, helt enkelt. Det tror jag är det svåraste. (Jeanette)

Jeanette berättar att de ungdomar som hon stött på som lider av psykisk ohälsa antingen är undvikande eller ser ut att må dåligt eller inte orkar ha någon kontakt. När det kommer till den undvikande delen i att bära ett stigma används Goffmans (2020: 112-113) begrepp “att passera” där begreppet handlar om att dölja sitt stigma. Individen beslutar själv om att dölja stigmat om sig själv (ibid: 112–113). Enligt Jeanettes utsaga stämmer det bra in på hur en individ kan bära sitt stigma, individen döljer sitt stigma genom att undvika fritidsledarna samt avstår att delta i aktiviteterna som utförs på fritidsgården.

Det är när du inte når fram till någon som man tycker har, personen är arg. Han mår inte bra, stöter bort all kontakt och vill bara ha någon distans. (...) vi vet inte om personen i fråga har blivit “bränd” av vuxna sedan tidigare, han har ingen tillit till vuxna, känner att han bara blir skälld på och tänker just på skolan. (...) Att känna att han faktiskt duger till något. (Fredrik)

Fredrik berättar om ett exempel från fritidsgården han arbetar på. Han inleder med att berätta om vad det svåraste är, vilket han upplever är själva kontakten med en individ. Fredrik liksom

Jeanette pratar om ungdomar som stöter bort kontakt och vill ha en distans till dem omkring sig. Han lyfter även att ungdomens tidigare erfarenhet med vuxna eller andra fritidsledare kan påverka hur ungdomen bär stigmat. Fredrik väljer att prata om att ungdomar kan uppleva att de blivit "brända" av vuxna genom att ungdomen bland annat blir skälld på eller upprepade gånger får höra att den inte duger. Stigmatiseringen och att ungdomen blir påmind att den inte duger kan leda till en självuppfyllande profetia, det vill säga att individen själv lever upp till stämpeln som någon satt på individen. Individen blir inget mindre än stämpeln hon fått (Thornberg 2015: 315). Stämpeln leder till att, som Fredrik berättar, att kontakten med ungdomen försvåras, då fritidsledarna inte känner till ungdomens tidigare bakgrund med bland annat vuxna.

(...) Det är mycket leende, men bakom leendet ser man att det är rätt tungt, kan jag uppleva. (...) att de ofta är väldigt leende, de är väldigt glada utåt ofta och som ny för ett år sedan, så kanske man luras lite av det, så mycket glada och härliga. Men ofta när man lär känna dem så kanske de öppnar sig för en och man inser att det inte bara är så himla lyckligt, de kämpar med leendet och döljer mycket med leendet, att de kanske inte mår så bra. (Carl och Johannes)

Carl och Johannes som arbetar på samma fritidsgård är ense om det man ser och upplever på fritidsgården, nämligen att det är mycket leende bland ungdomarna, men att det i själva verket är tungt bakom leendet. Carl berättar att han som ny i början kunde luras av det, när ungdomarna tillslut öppnade upp sig insåg Carl att de inte är så himla lyckliga, utan att de bakom leendet kämpar med mycket.

Det Carl och Johannes berättar om handlar återigen om Goffmans (2020: 149-150) begreppet "att passera", som innebär att ungdomen som besöker fritidsgården själv försöker dölja stigmat om sig själv. När ungdomen sedan beslutat att öppna upp sig för fritidsledarna om sitt stigma, menar Goffman att ungdomen gör stora ansträngningar (ibid: 149–150).

Det svåraste är väl kanske det här med att acceptera vart det är på väg, att inte alltid lita på alla ungdomar. Men än så länge så är det bra, du kan lämna ifrån dig nycklar, mobiltelefonen, pengar framme, osv att det har varit okej, men det är på väg åt ett annat håll. Det svåraste jag tycker är att jobba med just nu är deras konflikter sinsemellan. Att de säger så fruktansvärt fula saker till varandra. (Hanna)

Hanna berättar om det hon upplever vara lite tuffare med arbetet på fritidsgården med ungdomarna. Hon förklarar hur man tidigare inte haft några som helst problem med att ha privata saker framme som mobil och plånbok, då sakerna ligger där man lagt dem, men att det idag drastiskt förändrats och att det blivit svårare att ha saker framme. Hanna delar även med



sig under samtalets gång om hur man många gånger har fått bryta ungdomars förtroende när man påpekat sin oro och därmed gjort en orosanmälan, vilket lett till att ungdomen uttalat sig i meningen “du har anmält mig”. Hanna menar att det låter fel, vilket leder till att ungdomen sedan ser ner på en. Detta ser ungdomarna som att bli “bränd” av en trygg vuxen genom att en orosanmälan görs på ungdomen. Detta är något som Hanna själv inte har lagt märke till i början, vilket gör ungdomen till en misskreditabel person, vilket Goffman (2020: 75) menar är en individ vars olikhet inte syns från början, vilket också försvårar arbetet för fritidsledaren som inte vet vad ungdomen tidigare gått igenom (ibid: 75).

### **4.3 Hur arbetar fritidsledare med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar?**

Jag tycker vi är väldigt öppna och väldigt inlyssnande och inte alls hyssja när ungdomar framför allt öppnar upp sig (...) men jag har sagt det öppet många gånger till ungdomar att, jag hade det jobbigt en period, så jag gick och pratade, det hjälpte mig jättemycket. (...) utan egentligen bara att det har hjälpt mig. Jag tror det kan hjälpa dig också eller, jag vet att det har hjälpt mig och jag vet att det har hjälpt fler i min närhet. Snackar också om att det kanske inte blir rätt första gången, det är så viktigt, jag vet inte hur många ungdomar som har “de var ju för för fan skit på ungdomsmottagningen, de lyssnar inte, de fattar ingenting, den kärringen, den gubbjäveln” och så där. Ja men, så här, pröva att träffa en annan (...). men just att avstigmatisera mycket, ja, framför allt att inte hyssja, utan att lyssna, ställa vidare frågor om du inte känner att det är för djupt vatten, vi är fritidsledare vi är inte psykologer. Men aldrig att avbryta det, att alltid lyssna klart, vill de prata mer, prata mer. Sitt där nicka, du behöver inte säga mycket ofta, bara lyssna, det vet jag bara att det skedde förra veckan här. Mitt i denna öppna salen snackade en ung tjej om mycket jobbiga saker som hade hänt henne, det var öppen för hela gården, då kände den sig uppenbart bekväm med att säga det så pass öppet, så då lyssnade vi självklart, det tror jag också är viktigt för dem runtomkring att se, de lyssnar, de snackar inte iväg, de hyssjar inte, “vi kanske inte ska prata om det”. Det är en ganska stor anledningen till varför vi målade om den väggen också. (...) Jag skulle nästan säga skadligt positivt, alltså vissa grejer var i princip, “mår du dåligt?” “Var glad istället.” Det kändes så jäkla ofräscht. (...) vi kände att den måste bort snabbt. Att det är okej att må dåligt, det är okej att snacka om det, det måste det vara. Annars gör vi någonting ordentligt fel, tycker jag. (Carl och Johannes)

Under en dialog mellan Carl och Fredrik pratar de om hur deras arbete med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomarna som besöker deras fritidsgård ser ut. De berättar om att man inte tystar ner ämnet utan uppmuntrar ungdomarna till att prata om ämnet. Man avstigmatiserar psykisk ohälsa genom att inte stigmatisera det. Det går att tolka Carl och Johannes arbete genom att man på ett sätt går emot Goffmans (2020: 75) tankar om den misskreditabla ungdomen, vars uppgift är att undvika att dennes brister inte blir bekanta. Man arbetar alltså med att synliggöra att det inte är fel att må dåligt och att det inte är fel att söka adekvat hjälp. Carl och Johannes pekade på en vägg som man målat om. Man berättar att det

tidigare varit "nästan skadligt positiva citat" klottrade på väggen där psykisk ohälsa och dåligt mående på något sätt sopats under mattan. Genom att ha citat som "mår du dåligt?" Var glad istället" bekräftar man Goffmans (2020) tankar om att den misskreditabla ungdomen ska dölja sitt stigma ännu mer. När man gjorde om väggen och skapade en mer uppmuntrande miljö motsatte man sig idén om den misskreditabla ungdomen.

(...) Det är inget arbetssätt som tydligt visar hur vi ska prata osv utan det är ens egna, att det är okej att må dåligt, man får prata. Bara för att du tycker det är jobbigt så betyder inte det att någon annan tycker det, utan det är okej att känna som man gör, det är okej att bli arg men du får t.ex. inte slå någon. Även då jobba med både killar och tjejer, ibland på samma sätt och ibland på olika. Vi försöker ha förståelse för alla och även att som kille att du får prata känslor, att vi alla är lika. Vi uttrycker oss olika men vi är alla lika här. (Max)

Även Max berättar om hur man arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomarna som besöker fritidsgården han arbetar på. Max och hans kollegor arbetar med att tala om känslor och tillstånd som oro och dåligt mående. Man pratar om att det inte är fel att prata om det. Max säger även att det inte är fel att känna ilska, aggression, och dylikt, men det är inte rätt att agera, till exempel att slå någon på grund av dina känslor. Precis som Carl och Johannes, berättar Max om att man inte tystar ner ämnet utan uppmuntrar ungdomarna till att prata om ämnet. Man avstigmatiserar psykisk ohälsa genom att inte stigmatisera det.

Det går att tolka Max arbete på samma sätt som Carl och Johannes, där man går emot Goffmans (2020: 75) tankar om den misskreditabla ungdomen, vars uppgift är att undvika att dennes brister inte blir bekanta. Max arbetar alltså med att synliggöra att det inte är fel att må dåligt och att det inte är fel att söka adekvat hjälp för sitt mående.

#### **4.4 Hur kan teorin om känsla av sammanhang användas för att arbeta med psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgårdar?**

Fritidsledarna berättar om olika arbetssätt där man försöker skapa en känsla av sammanhang för ungdomarna. Vissa menar att man bjuder in till en pingismatch medan andra låter ungdomarna planera och utföra aktiviteter för andra ungdomar på fritidsgården.

De växer jättemycket, när de gör något bra.(...) Sätta dem i ett sammanhang, ja precis. (...) Att de känner att de är delaktiga. (...) Ge dem uppgifter, att de får ta ansvar. Här har vi omsorgsdansen och vi har våra ungdomar som sköter cafe och musik och allt, det är helt fantastiskt. (Göran och Fredrik)

Göran och Fredrik lyfter exempel från fritidsgården de arbetar på. Man nämner att ungdomarna växer som individer när de gör något bra, framför allt när de sätts i ett sammanhang där de känner sig delaktiga. På fritidsgården ger Göran och Fredrik ungdomarna uppgifter, där de får ta ansvar. På deras fritidsgård har man omsorgsdans med musik och cafe, något som ungdomarna själva tar hand om. Denna uppgift går att beskriva som meningsfull, vilket är ett av begreppen i Antonovskys teori om känsla av sammanhang.

Thoumy (2019) skriver att meningsfullheten i ett sammanhang handlar om utmaningen som individen ställs inför, att den är betydelsefull och värd att inlåta sig i. Genom Göran och Fredriks utsagor går det att tolka ungdomarnas engagemang som att de upplever utmaningen som betydelsefull och framför allt meningsfull samt värd att engagera sig i. När individen upplever en känsla av sammanhang får sammanhanget också en motiverande inverkan på ungdomen, att även delta i ett obegripligt sammanhang (ibid).

Fritidsledarna menar att man sätter ungdomarna i ett meningsfullt sammanhang där de får ta ansvar och samtidigt möjligheten att växa som individer. Schäfer (et al., 2023) skriver att det kan vara en faktor för att få individer att känna en större känsla av sammanhang, ett sammanhang där hon uppfattar sin miljö som förståelig och hanterbar vilket gör att hon upplever sin tillvaro som meningsfull.

Alla är med oavsett. Alla får vara med. Vi brukar t.ex. ha fotbollsturneringar, då vi vet att fotboll är en stor favorit för våra ungdomar, och många gånger så är det vi som delar upp lagen just för att det skall bli så blandat som möjligt så att det inte ofta blir att ”de coola” hamnar som ett lag osv. (Anna)

Anna berättar under intervjun om deras sätt att försöka integrera alla ungdomarna på fritidsgården till att vara delaktiga i deras aktiviteter, men också främst för att få med alla ungdomar till att interagera med varandra och förhoppningsvis skapa nya band mellan varandra. Även Anna arbetar utifrån ett begrepp som diskuteras av Antonovsky, vilket är meningsfullhet. Att skapa en känsla av sammanhang är viktigt för gården, då det är högst viktigt att aktiviteten får en betydelse för ungdomarna men också för ledarna, att se hur deras ungdomar visar engagemang i olika aktiviteter med varandra (Thoumy 2019).

## 4.5 Samarbetar fritidsgårdar med andra organisationer vid arbete med psykisk ohälsa bland ungdomar?

Fritidsledarna pratar om att man samarbetar med andra organisationer. Nyckelorganisationer som nämns är skola, fältgrupper och socialtjänsten. Även polisen nämns i raden av de viktigaste samarbeten som fritidsgårdarna har. Fritidsledarna berättar också om hur samarbetet går till och vad den innebär.

(...) Med skolan såklart också. Polis, du sitter ju i möte med SSPF, där är det ju socialen, skola, fritid och polis. Områdesteamet också, har vi också kontakt med. Som sagt, socialen, ungdomsmottagningen (...) den här verksamheten hade aldrig fungerat utan det samarbetet. (Carl och Johannes)

I vissa fall kommer vi i kontakt med andra externa aktörer. Det kan till exempel vara personalen i skolan, ungdomsmottagningen, kommunens socialsekreterare och fältassistenter, polisen eller föräldrar. Vi kan vara med i olika möten med skolan för att dela informationen om vissa ungdomar som brukar besöka gården och vi upplever oro omkring dem. (Julia)

Vi har en del fältarbetare som kommer förbi här på kvällarna och pratar med ungdomarna. Ungdomsmottagningen kommer hit ibland. (...) Det enda fasta är de här träffarna med skolan och fritidsgårdspersonal och polis (...) SSPF. Polisen och socialen. (Göran och Fredrik)

(...) Vi har ju fältarna som vi samarbetar med, vi har skolorna som vi samarbetar med, sedan har vi också Områdesteamet som jobbar här i området som vi samarbetar väldigt mycket med (...) polisen också, vi har ordningsvakter nere på XX centrum. (Robert)

Carl, Johannes, Julia, Göran, Fredrik och Robert berättar att fritidsledarna samarbetar med andra organisationer och aktörer. Genomgående för alla fritidsledare är att man samarbetar med olika aktörer och organisationer. Fritidsledarna nämner upprepade gånger att man samarbetar med skolan, SSPF som innebär en samverkan mellan skola, socialen, polis och fritid. Man samarbetar även med olika fältgrupper, polisen, ungdomsmottagningen, vissa kommuner har även startat upp områdesgrupper som är ute med ungdomarna. Väktare på olika platser och i synnerhet centrala platser som olika centrum på olika platser och även föräldrakontakt.

Utöver vilka fritidsledare samarbetar med har även några fritidsledare berättat om hur det kan gå till och kännas när man behöver göra en insats.

(...) Det du berättar för mig, jag får faktiskt en oro, jag känner att jag som tjänsteman måste göra en orosanmälan att då förklara för ungdomen att "det ligger faktiskt i min tjänst att, jag måste enligt lag göra en orosanmälan när jag känner oro, det betyder inte att du gjort något dåligt, utan att det är genuint att jag känner en oro för dig, vi tycker om dig jättemycket, men vi är lite oroliga för hur du mår, så jag kommer faktiskt att göra en orosanmälan. (Johannes)

Johannes berättar att han förklarar för ungdomen att han kommer att göra en orosanmälan på ungdomen. Han berättar för ungdomen att det ligger i hans arbetsuppgift att göra en anmälan om han känner en oro för ungdomen. Han berättar även för ungdomen att han gör orosanmälan för att det handlar om ungdomens bästa.

Besluten som du nästan tar mot deras vilja, till exempel, som vi har varit inne på, med orosanmälningar. "Jag måste prata med din förälder angående det här" vad det nu än kan vara. Att, man känner att man river relationen man byggt, det tycker jag har varit väldigt tufft, att göra, men viktigt och hittills, ångrar jag mig inte, man ångrar sig inte när man gör det, för man vet vilken viktig, men det är alltid oerhört jobbigt. (Carl)

Carl fortsätter vid det Johannes tar upp. Han berättar att orosanmälan är ett tufft beslut att ta, ett beslut som mer eller mindre tas emot ungdomens vilja. Han nämner samtidigt att det jobbigaste i att ta dessa beslut är att han upplever att man river den relation man byggt upp med ungdomen. En känsla av att man sviker ungdomen, men trots den känslan är det ett viktigt beslut att ta.

(...) Alltså föräldrakontakt överlag är inte det jobbigaste, men när du försöker få föräldrakontakt och du märker att det inte finns något intresse därifrån att snacka om det som har hänt, prata om ungdomen, vad den gör, hur den mår. När man ser det med egna ögon, till exempel en situation som hände och så ringer du en förälder och "nej, det stämmer inte, min son skulle aldrig göra så" "nu är det så att jag såg din son göra detta fem meter framför mig, så därav kommer jag bli tvungen att göra en orosanmälan eller så, men jag vill framför allt prata med er" "nej, det har inte hänt, det har inte den gjort. (Johannes)

Johannes pratar om ett samarbete eller snarare en dialog som man för. Han pratar om föräldrakontakten och hur det kan se ut. Johannes menar att föräldrakontakten i sig inte är det jobbigaste, men när det inte finns ett ömsesidigt intresse från föräldrarnas håll försvåras dialogen. Fritidsledarna kan höra av sig till föräldrarna för att berätta att något hänt under tiden ungdomen varit på fritidsgården, och mötas av att föräldern nekar att händelsen uppstått. Johannes menar att man försöker föra en dialog men att det inte alltid är det enklaste.

## 5. Avslutande diskussion

Syftet med arbetet var att undersöka hur fritidsledare arbetar med ungdomar som lider av psykisk ohälsa som besöker fritidsgården. Det framgick under analysen av materialet att fritidsledarna använder begreppet psykisk ohälsa men i vissa fall menar psykosociala förhållanden. Fritidsledarna talade många gånger om sådant som händer runt omkring ungdomen och i ungdomens liv, där mycket tillskrivs ungdomens psykosociala förhållande snarare än ungdomens psykiska hälsa och ohälsa. Det fanns en flytande användning av begreppet psykisk ohälsa från fritidsledarnas sida, där begreppet psykosocial och psykosociala förhållanden kanske hade gett en tydligare bild av ungdomens mående.

Fritidsledare intervjuades för att få en inblick i deras vardag och deras arbete med ungdomar som lider av psykisk ohälsa som besöker fritidsgården. Teman som berörts är bland annat fritidsledarens bakgrund med fokus på hur länge man hade arbetat som fritidsledare, vad man hade för utbildning samt varför man valt att börja arbeta som fritidsledare. Även hur fritidsledaren såg på sin roll som fritidsledare. Viktiga teman för att kunna skapa en uppfattning av fritidsledaren.

Fritidsledarna har delat med sig av erfarenheter som beskriver deras arbete med psykisk ohälsa bland ungdomar som besöker fritidsgården. Arbetet har visat att fritidsledarna arbetar med att skapa en känsla av sammanhang för ungdomarna som besöker fritidsgården. Man arbetar med på olika sätt med att sätta ungdomen i ett begripligt, hanterbart och meningsfullt sammanhang där individen kan och får känna sig delaktig i sammanhanget. Fritidsledarna har berättat om olika sätt man arbetar med att sätta ungdomen i ett sammanhang, som nämnt i resultat och analysdelen, kan det handla om allt från en gruppaktivitet till att ungdomarna får vara med och planera samt utföra en eller flera aktiviteter på fritidsgården. Genom att skapa begripliga, hanterbara och meningsfulla sammanhang, vilket fritidsledarna berättat att man gör, har man såväl implicit som explicit använt sig av Antonovskys (1989) teori om känsla av sammanhang. Fritidsledarna berättade även att många av ungdomarna som lider av någon form av psykisk ohälsa som besöker fritidsgården, ofta försöker dölja sitt stigma på olika sätt. Man har pratat om att ungdomarna är leende eller undvikande. Goffman (2020:75) beskriver att individen som döljer sitt stigma är misskreditabel där hennes främsta uppgift är att just dölja sitt stigma från att bli synligt. Det framgick även under analysen av materialet att ungdomarna som lider av psykisk ohälsa och besöker fritidsgården använder sig av Goffmans

(2020) begrepp "att passera" för att dölja sitt stigma. Ungdomen döljer sitt stigma genom att, som nämnt, dölja det genom att vara undvikande eller genom ett leende.

Samarbete är en av nyckelfaktorerna som fritidsledarna och lyfter i deras arbete med ungdomar som lider av psykisk ohälsa. Återkommande i alla intervjuer är att man samarbetar med skolan, polisen, fältgrupper, socialtjänsten, BUP och ungdomsmottagningen.

Föräldrakontakt är också ett samarbete eller snarare en dialog som fritidsledarna för med föräldrarna.

Ytterligare en viktig aspekt som framgick under intervjuerna med fritidsledarna var att man var överens om att man inte hade en handlingsplan för hur man går tillväga när det kommer till arbetet med psykisk ohälsa bland ungdomar. Visserligen arbetar fritidsledarna med andra organisationer när det gäller psykisk ohälsa som man emellanåt ser som ett fungerande arbets sätt, men man önskade trots det att ha en handlingsplan. Fritidsledarna var också överens om att man ville ha mer kunskap kring psykisk ohälsa.

Under arbetets gång stötte vi på olika utmaningar. Den största utmaningen var att få kontakt med fritidsledarna. I många fall underlättades kontakten med fritidsledarna då en av oss tidigare haft direkt kontakt med fritidsledare. När vi kontaktade fritidsgårdarna via mail kunde svaret komma efter ett par dagar eller inte alls. Kontakt via telefon gick lite lättare, medan att besöka fritidsgården och stämma träff ansikte mot ansikte med fritidsledarna var det mest effektiva sättet.

När fritidsledarna intervjuades framgick en hel del olika berättelser och utsagor om vad som sker och vad som kan ske på en fritidsgård. Det kan vara allt från vardagliga händelser som olika kortspel och pingismatcher till större insatser från fritidsledarna. Insatserna kunde vara allt ifrån kontakt med polis till orosanmälningar till socialtjänsten, eller kontakt med BUP.

Fritidsledarna lyfte att dessa insatser är svåra att utföra då de upplevde att man förstörde den relation man byggt upp till ungdomen. Däremot nämnde fritidsledarna att många av dessa ungdomar som man behövt göra insatser på ofta kommer tillbaka i vuxen ålder och tackar fritidsledaren trots att man vid tillfället känt sig sviken.

Som vidare forskning inom fritidsledarens och fritidsgårdens påverkan på individen hade det varit intressant att få intervjua ungdomarna som besöker fritidsgården, både när de är i åldern

för att besöka fritidsgården, men också i vuxen ålder. Visserligen är det inte etiskt rätt att intervjua minderåriga men inom forskning för hälsa och välmående, framför allt ungdomars hälsa, hade det varit ett intressant perspektiv och infallsvinkel.



# Referenslista

Denscombe, M. (2018). *Forskningshandboken. För småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur AB.

Folkhälsomyndigheten. (2020). Stigmatisering kopplad till psykisk ohälsa.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/6191b7bece1e4e25b69cc291cfeddbdf2/stigmatisering-kopplad-psykisk-ohalsa.pdf> (Hämtad 5/4-2023)

Fritidsledarskolorna (2010). Gemensam utbildningsplan för fritidsledarutbildning i Sverige. Folkhögskolor i samverkan.

[https://fritidsledare.se/wp-content/uploads/2016/04/utbildningsplan\\_2010.pdf](https://fritidsledare.se/wp-content/uploads/2016/04/utbildningsplan_2010.pdf)

Goffman, E. (2020). *Stigma: den stämplades roll och identitet*. 5.uppl. Lund: Studentlitteratur AB.

Hetzler, A. (2008). Psykisk hälsa och platsens betydelse: en sociologisk betraktelse. *Socialmedicinsk tidskrift*, 2 (2008), 121-128.

[Psykisk hälsa och platsens betydelse - Socialmedicinsk tidskriftsocialmedicinsktidskrift.se](https://socialmedicinsktidskrift.se)<https://socialmedicinsktidskrift.se> > smt > download

Johannessen, A., Tufte, PA. & Christofferson, L. (2019). *Introduktion till samhällsvetenskaplig metod*. 2. Uppl. Stockholm: Liber AB.

Kaushik, A., Kostaki, E., & Kyriakopoulos, M. (2016) The stigma of mental illness in children and adolescents: A systematic review. *Psychiatry Research*, 243, 469-494  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.04.042>

Länsimies, H., Pietilä, A. M., Hietasola-Husu, S., & Kangasniemi, M. (2017). A systematic review of adolescents' sense of coherence and health. *Scandinavian Journal of Caring Science*, 31 (4).

<https://doi.org/10.1111/scs.12402>

Psykologiguiden. (2023). Psykologilexikon. Natur & kultur.

<https://www.psykologiguiden.se/psykologilexikon/?Lookup=psykosocial>

Hämtad 24/5- 2023

Schäfer, K. S., Sopp, M. R., Fuchs, A., Kotzur, M., Maahs, L. & Micheal, T. (2023). The relationship between sense of coherence and mental health problems from childhood to young adulthood: A meta-analysis.

*Journal of Affective Disorders*, 325 (2023), 804–816.

<https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.12.106>

Socialstyrelsen (2017). Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna. Till och med 2016.

<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/statistik/2017-12-29.pdf> Hämtad 28/3-2023).

Socialstyrelsen (2022). KASAM.

<https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/evidensbaserad-praktik/metodguiden/kasam/> hämtad 29/3-2023.

Svenson, I. (2013). Det viktiga i ett arbete med ungdomar- upplevelser från fritidsledare. kandidatexamen, avdelningen för kultur-, religions- och utbildningsvetenskap. Gävle: Högskolan i Gävle.

<http://hig.diva-portal.org/smash/get/diva2:603151/FULLTEXT01.pdf>

Transkulturellt centrum. (2023). Psykosocialt stöd och behandling. *Psykosocialt stöd hjälper människor att återhämta sig efter en kris som har omkullkastat livet.*

<https://www.transkulturelltcentrum.se/bestallning-material/test sida-ewa/transkulturell-psykiatri/psykosocialt-stod-och-behandling/>

Hämtad 24/5-2023

Thornberg, R. (2015). School Bullying as a Collective Action: Stigma Process and Identity Struggling. *John Wiley & Sons Ltd and National Children's Bureau*, (29), ss. 310–320

DOI:10.1111/chso.12058

<https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:709189/FULLTEXT01.pdf>

Thoumy, S. (2019). *Fortbildning inom psykisk ohälsa. En kvalitativ intervjustudie med fritidsgårdspersonal.* Kandidatuppsats, akademien för hälsa, vård och välfärd. Eskilstuna och Västerås: Mälardalens Högskola.

<http://mdh.diva-portal.org/smash/get/diva2:1321731/FULLTEXT01.pdf>

Vilhelmsson, A. (2014). Psykisk ohälsa, folkhälsa och medikalisering: har det egentligen någon betydelse vilket hälsobegrepp som används? *Socialmedicinsk tidskrift*, 1, (2014), 63-72. [\[PDF\] socialmedicinsktidskrift.se](#)

# Bilaga 1. Missivbrev

Hej,

Min studiekamrat och jag läser det beteendevetenskapliga programmet med sociologi som inriktning på Högskolan Kristianstad och vi skriver just nu vårt examensarbete. Arbetets syfte är att undersöka hur fritidsledare arbetar med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar. En kvalitativ studie kommer att tillämpas i form av intervjuer som planeras att ta 30-40 minuter. Genom ljudupptagning kommer intervjuerna att spelas in och sedan analyseras. Analysen av intervjuerna avser att utforma arbetets resultat samt ge svar på våra frågeställningar och arbetets syfte.

Vi avser att följa de etiska principerna genom studien. Personliga uppgifter som kan leda till fritidsgården eller dig personligen kommer inte att tas med i arbetet. Namn och platser kommer att bytas ut mot pseudonymer. Vid studiens genomförande kommer allt insamlat material att raderas. De inspelade intervjuerna kommer endast att användas i arbetets ändamål. Vid komplett studie kommer arbetet att publiceras på Högskolan Kristianstads uppsats portal för studentuppsatser.

Ditt deltagande i undersökningen är helt frivilligt. När som helst kan du avbryta din medverkan eller avstå att svara på någon fråga.

Om du är intresserad av att ta del av det färdiga arbetet, skickar vi det till dig efter att det har godkänts.

Vid ytterligare frågor vänligen kontakta

**Vlerta Berisha** och **Andrej Mahova**

Beteendevetenskapliga programmet

Högskolan Kristianstad

[Vlerta.berisha0001@stud.hkr.se](mailto:Vlerta.berisha0001@stud.hkr.se)

[Andrej.mahova0371@stud.hkr.se](mailto:Andrej.mahova0371@stud.hkr.se)

## Bilaga 2. Intervjuguide

### Intervjuguide

Vi inleder med en presentation av oss själva för att sedan läsa upp missivbrevet. Sedan frågar vi om respondenten samtycker att delta i studien.

1. Hur länge har du arbetat inom fritidsgårdsverksamhet?
2. Är du utbildad fritidsledare?
3. Vad är anledningen till att du valde att arbeta som fritidsledare?
  - Hur ser du på din betydelse för ungdomarna?
4. Beskriv hur en vanlig arbetsdag på fritidsgården kan se ut.
5. Hur upplever ni besökarnas hälsa?
  - Upplever du att ungdomarnas hälsa på fritidsgården idag ser annorlunda ut jämfört med när du först började jobba inom verksamheten?
6. Arbetar ni med ungdomar som ni tror lider av psykisk ohälsa?
  - Vilka är den vanligast förekommande formen av psykisk ohälsa på er fritidsgård?
  - Hur vet ni att en ungdom hos er mår dåligt?
  - Hur arbetar ni med det?
7. Har ni ett arbetssätt när det gäller ungdomar som lider av psykisk ohälsa?
  - Upplever ni att ni borde ha ett arbetssätt?
  - Samarbetar fritidsgården med andra organisationer? Hur och vilka?
  - Samarbetar fritidsgården med skolan? Hur?
8. Arbetar ni med att avstigmatisera psykisk ohälsa bland ungdomar?
  - Arbetar ni med att integrera ungdomar som lider av psykisk ohälsa i fritidsgårdens verksamhet?
  - Hur arbetar ni med att integrera ungdomarna som lider av psykisk ohälsa i fritidsgårdens verksamhet?

9. Har ni fritidsledare tillräckligt med kännedom samt insikt för att kunna arbeta med ungdomar som lider av någon form av psykisk ohälsa?

10. Hur är arbetet med ungdomarna?

- Vad är enklast?
- Vad är svårast?

11. Vad upplever du är intensivt och svårartat i arbetet med ungdomar?

- Vad i arbetet är det som gör att du upplever det svårartat?
- Hur går ni tillväga för att handskas med det?

12. Vilka hinder vid arbetet med barn som lider av psykisk ohälsa upplever du att det finns?

- Vad tror du är anledningen till detta?
- På vilket sätt handskas du med dessa?

13. Vilka fördelaktiga egenskaper anser du att du har i arbetet med ungdomar som lider av psykisk ohälsa?

14. Finns det något i ditt bemötande och arbete med ungdomar som lider av psykisk ohälsa som du skulle vilja utvecklas och bli bättre på?

Avslutning.

Det var vår sista fråga. Finns det något som du känner att du önskar att tillägga som inte blivit sagt, eller om du har någon vidare eftertanke?

Tack för att du medverkade i denna studie!

## Bilaga 3. Intervjupersoner

Jeanette är en kvinna som arbetat som fritidsledare sedan 1990. Hon har fram till idag arbetat som fritidsledare, vilket blir 33 år. Hon är inte utbildad fritidsledare utan har fått sin anställning genom att hon arbetat så pass länge.

Göran är en man som har arbetat som fritidsledare sedan 1979. Han har under hela sin tid som fritidsledare arbetat i samma byggnad. Han har fram till idag arbetat som fritidsledare i 44 år. Han har stor erfarenhet av sitt yrke. Han är inte utbildad fritidsledare utan har fått sin anställning genom att han arbetat så pass länge.

Fredrik är en man som är utbildad inom el-och tele. Han har arbetat som fritidsledare sedan 1993. Han har fram till idag arbetat i 33 år. Han bedriver en cirkusskola en gång i veckan på fritidsgården som han arbetar på. Han hade ett äldre syskon som arbetade på fritidsgården och han började själv som besökare på fritidsgården. Han började arbeta som timvikarie och så småningom ledde det till en heltidstjänst.

Carl har arbetat på sin nuvarande fritidsgård i 1 år. Han är utbildad fritidsledare och tog sin examen som fritidsledare juni 2022.

Johannes är en utbildad fritidsledare. Han arbetade som vikarie i två och ett halvt år innan han bestämde sig för att utbilda sig till fritidsledare. Han har arbetat som fritidsledare i 8 och ett halvt år, om man räknar med tiden som vikarie. Johannes arbetade tidigare inom byggbranschen.

Julia har arbetat som fritidsledare de senaste 5 åren. Hon började som timanställd inom kommunen och sedan september 2022 är hon fast anställd. "Julia" har en examen i socialt arbete och en masterexamen inom socialt arbete med familj och barn.

Robert har arbetat på sin nuvarande fritidsgård i 1 år. Han började att arbeta inom fritidsgårdsverksamheten som en form av ungdomsambassadör när han var 14/15 år gammal. Han har arbetat på lite olika fritidsgårdar inom XX stad. Han är 28 år gammal och är utbildad fritidsledare.

Max är en utbildad man inom fritidsledare programmet, med många års erfarenhet bakom sig. Max har arbetat inom fritidsledaryrket i snart 12 år. Han började som en ungdom som aldrig hängt på fritidsgården själv, men fann sin plats som fritidsledare. Max har utöver fritidsgården arbetat inom olika konstellationer, såsom inom behandling, samt ensamkommande under år 2015, men till största del inom fritidsgårdar.

Hanna har i snart 10 år arbetat inom fritidsgårdar som fritidsledare. Hon var själv en tjej som hängde mycket på fritidsgårdar som ung, och visste snabbt där att hon själv ville bli en fritidsledare en dag, till största del för att hon såg den trygghet som ledarna på hennes tid gav henne och andra barn, och redan där kände att detta vill hon själv ge ungdomar om inte mer. Hanna började arbeta på timmar, och sedan blev hon anställd efter att hon utbildade sig.

André började som en ungdom som gick till fritidsgården som ung, och slutade på fritidsgården som fritidsledare. Han startade även han som timanställd mellan åldrarna 18 till cirka 23 år. Efter det så utbildade han sig till fritidsledare i två år. Efter utbildningen började han arbeta på ett HVB-hem, och jobbar nu på fritidsgård.

Anna är en kvinna med 11 års erfarenhet som fritidsledare, där hon arbetat på olika fritidsgårdar under sina år. Anna är inte utbildad fritidsledare, utan hon hade turen att fastna i detta yrke, när hon först började som timanställd, genom sina besök som gjorde att hon fastnade direkt.