

Andreas Lande Fredriksen
Daniel Fossaas Bjordammen
Kristoffer Borchgrevink-Lund

Hva kan forhindre arbeidsdeltagelse blant unge voksne i Norge?

Bacheloroppgave i Ergoterapi
Veileder: Trine Tetlie Eik-Nes
Mai 2023

Andreas Lande Fredriksen
Daniel Fossaas Bjordammen
Kristoffer Borchgrevink-Lund

Hva kan forhindre arbeidsdeltagelse blant unge voksne i Norge?

Bacheloroppgave i Ergoterapi
Veileder: Trine Tetlie Eik-Nes
Mai 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
Fakultet for medisin og helsevitenskap
Institutt for nevromedisin og bevegelsesvitenskap



Kunnskap for en bedre verden

Fakultet for medisin- og helsevitenskap

Institutt for nevromedisin og bevegelsesvitenskap

ETT2900 Bacheloroppgave i ergoterapi

Hva kan forhindre arbeidsdeltagelse blant unge voksne i Norge?

Kandidatnummer: 10006, 10032, 10045

Antall ord: 8307

Annen informasjon:

NTNU har intet ansvar for synspunkter eller innhold i oppgaven.

Framstillingen står utelukkende for studentens regning og ansvar.

Sammendrag

Problemstilling: Hvilke faktorer kan være med å forhindre unge voksne i alderen 18-29 år i Norge å delta i arbeidslivet?

Metode: I forsøk på å belyse problemstillingen i denne studien, ble semistrukturert intervju benyttet som datainnsamlingsmetode. Utvalget besto av tre helsepersonell med arbeidserfaring med dette tema. Systematisk tekstkondensering ble benyttet for å analysere data fra studien. Til slutt, ble funnene diskutert opp imot relevant forskning og aktivitetsperspektivet "DBBB".

Hovedfunn: Utvalget i studien beskrev flere faktorer som kan være med å forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet. Temaer som gikk igjen i alle intervjuene var mental uhelse, mangel på mestring i skole og arbeidsliv, og mangel på formell kompetanse.

Konklusjon: Denne studien kom frem tre hovedkategorier for faktorer som kan være med å forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet; mental uhelse, mangel på mestring og mangel på formell kompetanse. Underliggende faktorer som gikk igjen i alle hovedkategoriene var både lav selvtillit og lav mestringstro. Disse underliggende faktorene ble antatt å ha en sammenheng med et lavere gjennomsnittsnivå på sosiale ferdigheter blant målgruppen i forhold til tidligere generasjoner.

Nøkkelord: Arbeidsdeltagelse, unge voksne, mental helse, mestring & arbeidsledighet

FORORD

Vår studietid på NTNU Trondheim går mot slutten, og vi kan omsider se tilbake på tre lærerike og gode år. Vi ønsker å takke våre venner og familier for god støtte under hele prosessen. Til slutt, ønsker vi også å utbringe en stor takk til bachelor-veilederen vår, Trine Tetlie Eik-Nes, for god støtte og veiledning gjennom hele prosessen.

Vår motivasjon for å skrive om valgt tema er at vi ser viktigheten av det kommende behovet for økt sysselsetting i samfunnet. Samtidig ser vi den viktige betydningen et arbeid kan ha for individets trivsel og velvære. For individet kan arbeidsdeltagelse legge til rette for personlig vekst og utvikling. En opplevd følelse av at man benytter sine ressurser, vil også kunne iverksette en rekke positive "dominoeffekter" for individets selvtillit og mestringstro. Velferdsstaten vil også dra stor nytte av at så mange som mulig deltar i arbeidslivet, da dette vil medføre både økt arbeidskraft i befolkningen og økte skatteinntekter, så vel som færre uføretrygdede og lavere stønadsutgifter. I løpet av utdanningens praksisperioder har vi tilegnet oss god forståelse av hvordan ergoterapikompetanse kan anvendes for å påvirke en persons deltagelse i aktivitet og tilhørighet i samfunnet. Med bakgrunn i alle disse momentene, økte interessen vår for å forske på hvilke faktorer som kan være med på å forhindre unge voksne til å delta i arbeidslivet.

Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning	6
1.1 Bakgrunn og tema	6
1.2 Ergoterapikunnskap – hvorfor er dette relevant for oss?	8
1.3 Avgrensning og problemstilling	9
1.4 Opplegg og disposisjon	9
2.0 Teori	10
2.1 Aktivitetsperspektiv.....	10
2.2 Begrepsavklaring	11
2.3 Oppsummering	12
3.0 Metode	12
3.1 Valg av datainnsamlingsmetode.....	13
3.2 Utvalg.....	13
3.3 Intervjuguide.....	14
3.4 Intervjusituasjonen.....	14
3.5 Analyse.....	15
3.6 Metodekritikk	15
3.7 Personvern	16
3.8 Oppsummering	16
4.0 Resultater.....	16
4.1 Funn kategorisert i hovedkategorier og subkategorier.....	17
4.2 Oppsummering	21
5.0 Diskusjon.....	21
5.1 Drøfting av tema	21

5.2 Oppsummering	27
6.0 Konklusjon.....	27
7.0 Referanser.....	28
8.0 Vedlegg.....	32

1.0 Innledning

Denne bacheloroppgaven i ergoterapi omhandler arbeidsdeltagelse blant unge voksne i alderen 18-29 år i Norge. I innledningskapitlet beskrives bakgrunnen for studien vår. Det underbygges hvorfor det valgte temaet er samfunnsaktuelt, hva relevant forskning sier om temaet, og hvordan ergoterapikompetanse kan benyttes for å forstå tematikken ytterligere. På bakgrunn av dette, presenteres vår konkrete problemstilling og tilhørende avgrensninger. Til slutt i innledningskapitlet, redegjøres det for oppgavens struktur og oppbygging.

1.1 Bakgrunn og tema

Velferdsstaten Norge er bygget opp på, og drives av, gode og omfattende velferdsordninger (Meld. St. 14 (2020-2021), s. 30-31). Blant annet i form av inntektssikringer for individet ved arbeidsledighet, noe som gir økt trygghet for befolkningen i landet. De norske velferdsordningene legger til rette for god helse for befolkningen, uavhengig av deres økonomiske status, og eventuelle helseutfordringer (Meld. St. 14 (2020-2021), s. 30-31).

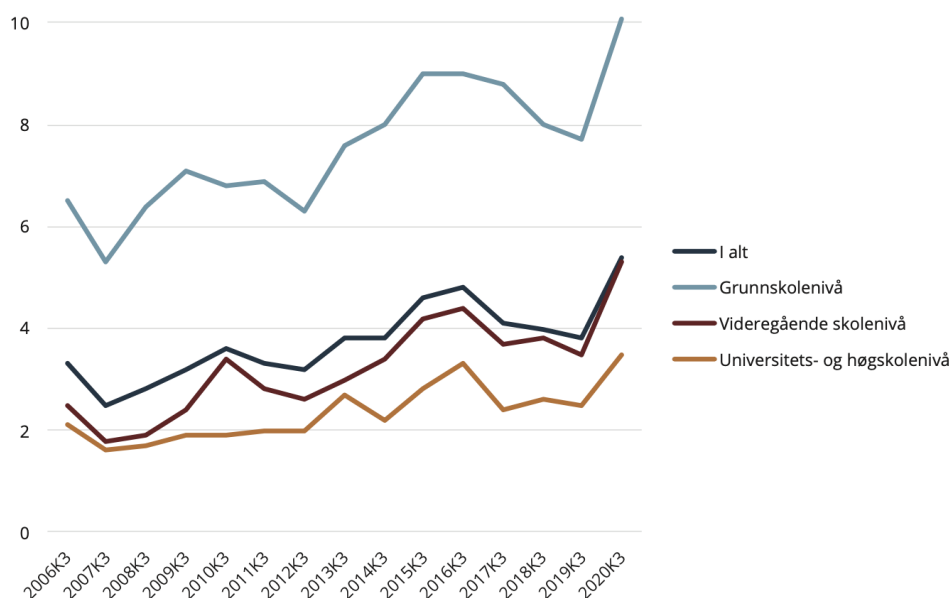
Med en stadig eldre befolkning som lever lengre, vil behovet for helse- og velferdstjenester øke (Vik, 2015). På grunn av det økende behovet må flere unge voksne inn i helserelevante yrkesgrupper som for eksempel ergoterapeuter, sykepleiere og helsefagarbeidere. Dette beskriver Vik mer inngående i boken "Mens vi venter på eldrebølgen" (Vik, 2015).

I 2020 kom Covid-19 pandemien til Norge, og fra 2019 til 2020 økte arbeidsledigheten blant den generelle befolkningen (15-74 år) fra 3,7 til 4,6 prosent (Statistisk sentralbyrå, 2023). I samme tidsintervall økte arbeidsledigheten blant unge voksne i alderen 15-24 år fra 9,9 til 11,5 prosent. Se figur 1.1. I 2021 falt den generelle arbeidsledigheten med 0,2 prosent fra året før, mens arbeidsledigheten blant unge voksne fortsatte å stige med ytterligere 1,1 prosent. Dette kan tolkes som at samtidig som det ble enklere for den generelle befolkningen i Norge å få seg jobb i 2021 i forhold til året før, ble det vanskeligere å få seg jobb for de unge voksne. Heldigvis skjedde det en reduksjon i arbeidsledigheten også blant unge voksne i 2022, da prosentandelen arbeidsledige falt fra 12,6 til 10,0%. Til tross for dette, var arbeidsledigheten blant unge voksne fortsatt er over tre ganger så høy som arbeidsledigheten blant den generelle befolkningen i Norge i 2022 (Statistisk sentralbyrå, 2023).

	Arbeidsledige (prosent)				
	2018	2019	2020	2021	2022
Begge kjønn					
15-74 år	3,8	3,7	4,6	4,4	3,2
15-24 år	9,6	9,9	11,5	12,6	10,0

Figur 1.1: Arbeidsledige (prosent) blant den generelle befolkningen og blant unge voksne i Norge, 2018-2022 (Statistisk sentralbyrå, 2023).

Arbeidsledighet har også en sammenheng med utdanningsnivå (NAV, 2021, s. 63). Det er nesten dobbelt så mange arbeidsledige blant de som ikke har fullført videregående opplæring, i forhold til de som har fullført. Se figur 1.2. Grafen viser arbeidsledighet blant den norske befolkningen på bakgrunn av utdanningsnivå (NAV, 2021, s. 63).



Figur 1.2: Arbeidsledighet etter utdanningsnivå. Oppgis i prosent av arbeidsstyrken, avlest årlig i tredje kvartal (NAV, 2021, s. 63).

Å ikke fullføre videregående skole er den mest viktige predikatoren for om unge voksne i Norge faller innenfor kategorien “NEET” (OECD, 2018, s. 88). Det engelske begrepet “NEET” står for “young people who are not in employment, education or training (OECD, 2018, s. 35), og oversettes til “unge som står utenfor arbeid, opplæring og utdanning” på norsk (Fyhn et al., 2021, s. 1). NEET-kategorien brukes ikke spesifikt som målgruppe i denne studien, da denne kategorien ekskluderer personer som er i arbeidsrettede tiltak eller under opplæring. Informantene i denne studien har i hovedsak jobbet

med unge voksne som er i forskjellige arbeidsrettede tiltak. Uansett, er mye av kunnskapen fra NEET-studier også relevant for målgruppen i denne studien. Det eneste som skiller studiens målgruppe fra NEET-kategorien, er at personer som er i arbeidsrettede tiltak, eller under opplæring, inkluderes.

Liten eller ingen tro på seg selv, lav selvtillit, og mangel på positive mestringsopplevelser i arbeidslivet nevnes også som faktorer som forhindrer unge voksne å delta i arbeidslivet (Frøyland & Spjelkavik, 2014, s. 328). Underliggende faktorer som vanskelig oppvekst, mobbing, psykiske lidelser, rusproblematikk og relasjonsvansker vektlegges også (Fyhn et al., 2021, s. 34-35). Det vektlegges at veldig mange ønsker seg en jobb, men at de ikke er i stand til å komme seg inn i arbeidslivet på egenhånd. Blant annet ønsker deg seg en jobb fordi arbeidsdeltagelse sikrer individets aktive tilværelse og fører til økt livskvalitet (Frøyland & Spjelkavik, 2014, s. 330).

Unge voksne som har utfordringer med å delta i arbeidslivet risikerer flere år uten inntektsgivende arbeid som både er et stort tap for de det gjelder og samfunnet. En nyere NOU oppfordrer derfor utdanningssystemet til å forberede unge voksne på best mulig måte for å imøtekomme arbeidslivets krav (NOU 2021: 2, s. 264). For å styrke sysselsettingen blant unge voksne, ble det anbefalt å øke satsningen på kvalifisering og kompetanse. I tillegg ble det anbefalt å øke ressurser til arbeidsrettede tiltak og oppfølging (NOU 2021: 2, s. 264).

Stadig flere unge voksne i Norge opplever å ha angst og depresjon (Krokstad et al., 2021, s. 1; Pape et al., 2012, s. 1). Det har blitt pekt på en sammenheng mellom dette og den økende bruken av skjermbaserte sosiale medier (Krokstad et al., 2021, s. 1). Personer med overdreven bruk av sosiale medier, har dobbelt så høy sannsynlighet for å oppleve symptomer på depresjon i forhold til de med moderat bruk (Krokstad et al., 2021, s. 7).

1.2 Ergoterapikunnskap – hvorfor er dette relevant for oss?

Ergoterapi handler om å legge til rette for individets inkludering og deltagelse i samfunnet. Dette gjøres ved å jobbe med aktivitet, person og omgivelser i hverdagslivet til den enkelte (Ergoterapeutene, 2017, s. 15). Formålet er fremme helse og livskvalitet gjennom aktivitet. Videre er hensikten med ergoterapi å tilrettelegge for inkluderende omgivelser for at flest mulig skal oppleve deltakelse og tilhørighet (Norsk Ergoterapeutforbund, 2017, s. 5). Aktivitet kan forstås som aktiviteter som er nødvendige eller meningsfullt for den enkelte (Aagaard & Langdal, 2019, s. 114), noe som kan relateres til arbeidsdeltagelse. For mange er det å arbeide en meningsfull aktivitet, og

det kan være en måte å delta i samfunnet på (Peoples et al., 2019, s. 25). Derfor tenker vi at dette temaet for oppgaven er interessant og relevant for ergoterapi.

1.3 Avgrensning og problemstilling

Basert på gjeldende samfunnsutfordringer og økt arbeidsledighet blant unge voksne, har vi valgt å definere studiens problemstilling slik;

Hvilke faktorer kan være med å forhindre unge voksne i alderen 18-29 år i Norge å delta i arbeidslivet?

Målgruppen har blitt avgrenset til unge voksne som ikke er deltagende i arbeidslivet, men som ønsker å være det. I tillegg har målgruppen blitt avgrenset til unge voksne som snakker og forstår norsk, da unge voksne som ikke behersker dette kan ha andre utfordringer.

1.4 Opplegg og disposisjon

Disposisjonen for oppgaven:

2 - Teorikapitlet - her presenteres aktivitetsperspektivet "Doing, being, becoming and belonging" og andre begreper som bidrar til å forstå oppgavens tema.

3 - Metodekapitlet - her beskrives rekruttering av informanter, intervjuer og fremgangsmåte. Videre beskriver vi intervjuguide, personvern til informantene og hvordan vi analyserte funnene ved hjelp av systematisk tekstkondensering.

4 - Resultatkapitlet - her presenteres de analyserte funnene fra studien.

5 - Diskusjonskapitlet - her blir funnene fra studien tolket og diskutert opp imot hverandre, opp imot relevant forskning, og i lys av aktivitetsperspektivet "DBBB".

6 - Konklusjonskapitlet - her blir det endelige resultatet av studien presentert. Videre skal det komme en slutning som viser til at oppgaven kan være representativ eller ikke. Samtidig om temaet er verdt forskes mer på.

2.0 Teori

I dette kapitlet presenteres teorien for denne oppgaven. Teorien vil inneholde aktivitetsperspektiv, teoretiske begreper, og en oppsummering.

2.1 Aktivitetsperspektiv

Dette underkapitlet tar sikte på å undersøke hvordan aktivitetsperspektivet “Doing, Being, Becoming & Belonging” (DBBB) kan bidra til å forstå hvilke faktorer som kan forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet. Innenfor aktivitetsvitenskapen, vektlegges fire elementer som har en sammenheng med individets trivsel og velvære. Disse elementene er “*Doing*”, “*Being*”, “*Becoming*” og “*Belonging*” (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 62), som oversettes til “å gjøre”, “å være”, “å bli”, og “å høre til” på norsk. Alle begrepene i DBBB henger sammen og påvirker hverandre kontinuerlig;

“**Doing**” - å gjøre - er et synonym på det ergoterapeuter gjerne kaller for meningsfull aktivitet. Alle handlingene vi mennesker velger å gjøre, eller å ikke gjøre, påvirker en persons helse og identitet (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63). For eksempel, vil aktiviteten “å ha en jobb” betydelig påvirke en persons hverdagsliv. Gjennom denne aktiviteten kan man utfolde sin identitet som arbeidstaker, danne nye relasjoner og rutiner, og samtidig delta i en ny sosial arena. Videre, vil det å delta i nye sosiale omgivelser kunne påvirke og utvikle en persons verdier, handlinger, og sosiale ferdigheter, altså hvem man er (jf. “Being”) (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63).

“**Being**” - å være - er et direkte resultat av “doing”. Alle de handlingene man gjør, eller ikke gjør, resulterer i hvem man er som person (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63). For eksempel kan man være (jf. “Being”) en arbeidstaker. Da vil denne rollen, altså hvem man er og hvilken funksjon man fyller, være et direkte resultat av hva man gjør (jf. “Doing”). Dette begrepet er tett knyttet sammen med roller og identitet.

“**Becoming**” - å bli - handler om personlig utvikling. Begrepet fokuserer på fremtiden og det å forme livet sitt på en best mulig måte. Her legges det vekt på at individet får benyttet sitt potensial, så vel som sine iboende evner og ressurser. Ved å legge til rette for meningsfulle aktivitet som gir mestringsfølelse, kan individet oppleve god helse og bedre livskvalitet (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63). For eksempel kan man gjennom arbeidspraksis utvikle seg til å bli (jf. “Becoming”) en arbeidstaker. Videre, vil det å ha en jobb gi muligheter for personlig utvikling. Det kan være å lære nye ferdigheter, forbedre eksisterende ferdigheter, eller å kunne oppnå mål gjennom sitt arbeid.

“Belonging” - å tilhøre noe, eller å høre til - er en opplevd tilstand som skapes når man tar del i et sosialt mellommenneskelig fellesskap. Fundamentet for et slikt fellesskap er som regel felles interesser, felles verdier, en felles hensikt, eller en kombinasjon av flere av disse samtidig (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63). Gjennom gjentagende sosialt samvær i et slikt fellesskap, skapes følelsen av å høre til blant en gruppe mennesker. For eksempel kan man høre til i et band, i et idrettslag, eller på en arbeidsplass. Ved å gjøre (jf. “Doing”) en jobb, så er man (jf. “Being”) en arbeidstaker, hvor man kan utvikle sine ferdigheter (jf. “Becoming”), samtidig skape en tilhørighet (jf. “Belonging”) til et arbeidsmiljø.

Aktivitetsperspektivet “DBBB” ble benyttet i denne oppgaven fordi det vektlegger hvordan det å gjøre aktiviteter er med på å skape identitet og tilhørighet hos individet. Det tar utgangspunkt i at mennesket er et aktivt vesen, og at aktiviteter er en viktig del for mennesker velvære og trivsel. (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63).

2.2 Begrepsavklaring

I denne delen av oppgaven defineres og forklares relevante begreper som er nødvendig for å forstå oppgavens tema. Noen av begrepene som forklares har ergoterapeuter et avklart forhold til, uansett har vi valgt å beskrive disse for at oppgaven også skal kunne leses og forstås av flere yrkesgrupper.

Deltagelse - handler om involvering i dagliglivet gjennom aktiviteter som utføres i en sosial sammenheng. Dette innebærer engasjement og involvering i ulike kontekster, som for eksempel i utdanning, kultur, politikk, samfunnsliv og arbeidsliv (Aagaard & Langdal, 2019, s. 115).

Sosial Angst - Defineres som en lidelse av overdreven frykt i sosiale situasjoner hvor man eksponerer seg for andre mennesker (Helgesen, 2018, s. 267).

Depresjon - Defineres som manglende energi og lyst til å gjøre noe, lavt interesseløshet og tanken av håpløshet som påvirker humøret og adferden i hverdagen (Helgesen, 2018, s. 269).

Selvdiagnostisering - Omtales som en diagnose eller sykdom som ikke er gitt av helsepersonell med autorisasjon (Bruusgaard, 2022).

Formell kompetanse - Dokumenterte kvalifikasjoner ut fra bestemte kriterier. Kompetansen man oppnår etter å ha blitt tildelt en grad, beskyttet tittel, eller mottatt vitnemål fra en bestemt utdanning (NOU 1994: 8, s. 11).

Helse - Helse er en kombinasjon av fysisk, mental og sosialt velbefinnende (Mousing & Berntzen, 2019, s. 35).

GAP Modellen - Er en modell som illustrerer hvordan en funksjonshemming oppstår i gapet mellom omgivelsenes krav til og individets forutsetninger for funksjon (Lid, 2022).

Train then place - Er en av to ulike tilnærminger til arbeidsinkludering (Frøyland & Spjelkavik, 2014, s. 327). Det er denne tilnærmingen som tradisjonelt brukes i dagens arbeidsliv: arbeidstaker skal være klar for utplassering, eller til å søke jobb, etter å ha fullført yrkesrettede forberedelser (Spjelkavik, 2014, s. 36).

Place then train - Er en av to ulike tilnærminger til arbeidsinkludering (Frøyland & Spjelkavik, 2014, s. 327). Denne alternative tilnærmingen bygger på rask utplassering til ordinære arbeidsplasser, og med et særlig fokus på veiledning, oppfølging og opptrening (Frøyland & Spjelkavik, 2014, s. 18).

Selvtillit - Defineres som vurdering av egne prestasjoner. Det handler om alt du tror, tenker og føler om deg selv (Steigum, 2020).

Mestringstro - Defineres som å ha troen på egne evner ved utførelse av bestemte oppgaver og som har betydning for videre motivasjon (Svartdal, 2018).

2.3 Oppsummering

I dette kapitlet har det blitt redegjort for aktivitetsperspektivet DBBB og begreper som bidrar til å forstå oppgavens tema. Dette er det teoretiske fundamentet for denne bacheloroppgaven, og for å besvare problemstillingen. I neste kapittel beskrives hvordan studien har blitt gjennomført.

3.0 Metode

I dette kapitlet redegjøres det for metoden vi har anvendt for å besvare problemstillingen vår. Metoden som anvendes i en studie kan også kalles for studiens "*design*" og denne skal alltid beskrives så inngående at det skal være mulig å repetere prosessen og komme frem til de samme svarene (Sverdrup, 2021, s. 57). I dette kapitlet beskrives designet til studien vår, både hva vi har gjort, og hvorfor vi har valgt å gjøre det slik.

3.1 Valg av datainnsamlingsmetode

I forsøk på å besvare problemstillingen i denne oppgaven, valgte vi å benytte oss av en kvalitativ datainnsamlingsmetode. Dette valgte vi fordi vi ønsket å undersøke og forstå hva som kan være med å forhindre unge voksne i å delta i arbeidslivet. Kvalitativ tilnærming er gunstig å anvende når man ønsker å forstå meningen bak folks handlinger og holdninger (Sverdrup, 2021, s. 58). I denne studien var vi ute etter å forstå hvorfor noen unge voksne ikke klarer å delta i arbeidslivet.

Mer spesifikt, valgte vi semistrukturert intervju som metode. Det ble valgt fordi semistrukturert intervju er gunstig å bruke når man er interessert i sine informanternes vurderinger, holdninger og erfaringer (Sverdrup, 2021, s. 62). utfordringer knyttet til arbeidslivet er svært komplekse momenter, hvor det er behov for å gå i dybden for å danne seg en mer helhetlig oppfatning. Derfor anså vi det ikke relevant å bruke en kvantitativ metode med for eksempel spørreundersøkelse, som gjerne er litt mer overfladisk i form av tall og statistikk.

3.2 Utvalg

Etter vi bestemte oss for en datainnsamlingsmetode, begynte prosessen med å anskaffe informanter til studien vår. Gitt de tidsmessige rammene for oppgaven, ble det bestemt tidlig at det trolig var mer effektivt å intervju noen som har erfaring med å jobbe med brukere i målgruppen vår, enn å intervju brukere direkte. Da vi intervjuet informanter med slik erfaring, fikk vi innsyn i deres kunnskap og erfaringer ved å ha jobbet med mange unge voksne som står utenfor arbeidslivet.

Alternativt kunne vi gjennomført intervjuer med brukere direkte, men da ville trolig svarene deres være mindre nyanserte og mer subjektive. Ved å intervju de som har mye erfaring med å jobbe tett på med flere brukere, fikk vi et litt mer overordnet blikk, men trolig ikke på bekostning av detaljer. Dette beskrives nærmere i kapittel 3.6.

Vi kontaktet totalt fem informanter via e-post og inviterte dem til intervju. Deres kontaktinfo fant vi via Internett og via nettverk som vi har dannet oss gjennom ergoterapistudiets tre praksisperioder. Via e-post spurte vi om de kunne stille som informant til studien vår, om de ønsket fysisk eller digitalt intervju, og når det passet dem best å gjennomføre intervjuet. Vi fikk umiddelbart tre positive svar med avtaler om intervju.

De tre informantene hadde alle forskjellige helsefaglige bakgrunner, hvorav en var ergoterapeut. Alle informantene var menn mellom 35 og 55 år gamle da intervjuene ble gjennomført. Alle har flere års erfaring med å hjelpe unge voksne til å bli deltagende i arbeidslivet. De har god erfaring med å kartlegge og tilrettelegge for at brukerne skal klare dette. For å bevare informantenes anonymitet,

og for å gjøre det enklere å omtale dem videre i denne oppgaven, er informantene blitt gitt fiksjonelle navn.

3.3 Intervjuguide

Når alle intervjuene var avtalt, utarbeidet vi en intervjuguide (vedlegg nr. 1) som tok utgangspunkt i Sverdrups fremstilling av intervjuguide for semistrukturert intervju (Sverdrup, 2021, s. 69-70). En semistrukturert intervjuguide er lagt opp mer som en huskeliste enn en styrende plan. Den benyttes for å sikre at alle informantene besvarer de samme spørsmålene. Uansett, er den svært fleksibel, og det vektlegges ikke at spørsmålene besvares i den samme rekkefølgen som de presenteres i intervjuguiden (Sverdrup, 2021, s. 62-63).

3.4 Intervjusituasjonen

De tre informantene ble intervjuet i løpet av en 10-dagers periode. En informant ønsket å bli intervjuet lokalt på arbeidsplassen sin, en annen digitalt og den tredje på en kafé. Uansett, var omstendighetene relativt like i de tre intervjusituasjonene, og alle intervjuene ble gjennomført i rolige og behagelige omgivelser. Etersom vi er tre studenter som skriver denne oppgaven sammen, ble det henholdsvis en intervjuholder og to som noterte per intervju. Alle fikk dermed prøvd seg i begge de forskjellige rollene.

Alle intervjuene startet likt med at informanten ble tatt imot og ønsket velkommen av intervjuholderen. Deretter, ble både introduksjon- og konkretiserings-delen fra intervjuguiden formidlet til informanten (Sverdrup, 2021, s. 68). Intervjuene fortsatte også likt ved at informanten svarte på spørsmål 1, nemlig hvem de er og deres arbeidserfaringer. Fra dette punktet av, ble alle intervjuene litt mer ulike med tanke på rekkefølgen av resten av spørsmålene. Noen av informantene var mer selvgående enn andre, og noe svarte mer utfyllende enn andre. Hver gang det var behov for å utdype mer, ble det stilt åpne oppfølgingsspørsmål. Avslutningsvis ble alle informantene spurt om det var noe mer de ønsket å fortelle i forhold til det vi har pratet om. Alle intervjuene varte i cirka én time.

Etter hvert gjennomførte intervju, ble de to notat-dokumentene renskrevet og samlet til ett felles dokument for det gjeldende intervjuet. Vi valgte å systematisere dataene slik, fordi vi allerede hadde bestemt oss for å analysere intervjuene ved å bruke en inspirert versjon av systematisk tekstkondensering (Malterud, 2017, s. 97). Gitt den relativt korte tiden vi hadde til disposisjon i denne studien, anså vi det mest hensiktsmessig å registrere og analysere dataen slik. Vi brukte

hverken video- eller lyd-opptak i noen av intervjuene, da dette medfører at man må transkribere alle intervjuene til tekst, noe som var for tidskrevende i forhold til tidsrammen.

3.5 Analyse

Vi analyserte våre funn med inspirasjon fra systematisk tekstkondensering (Malterud, 2017, s. 97) som består av fire trinn. Nedenfor beskrives trinnene og vår fremgangsmåte for analyse;

Trinn 1 - Helhetsinntrykk: De tre intervjudokumentene ble analysert og skrevet om til løpende tekst for å få en helhetlig forståelse av både innhold og detaljer.

Trinn 2 - Organisere tekst i foreløpig tema: De tre tekstene ble lagt side om side, og temaer som gikk igjen ble markert med ulike fargekoder. Temaer som kun ble nevnt i en av tekstene, fikk også en egen fargekode.

Trinn 3 - Sammenfatte utvalgt tekst i tema og undergrupper: Teksten fra de ulike fargekodene ble sortert inn i hovedkategorier og subkategorier.

Trinn 4 - Sammenfatte tekst til beskrivelser av funn: Funnene fra de forskjellige kategoriene ble sammenfattet til en felles tekst for å rapportere funnene på en klar og tydelig måte.

3.6 Metodekritikk

Det er flere momenter i designet til denne studien som kunne vært gjort annerledes. Som beskrevet tidligere, kunne vi ha valgt å intervju brukere i målgruppen vår direkte. Her valgte vi istedenfor å intervju personer med arbeidserfaring innenfor temaet vårt. Kvalitative studier har ikke til hensikt å komme frem til generaliserbare resultater (Sverdrup, 2021, s. 76). Uansett, ved å ha intervjuet helsepersonell, er resultatene vi har kommet frem til litt mer overordnede og generelle enn de ville vært dersom vi intervjuet tre brukere innenfor målgruppen. La oss for eksempel si at informantene våre hadde hjulpet 10 brukere hver til å bli deltagende i arbeidslivet. Dette vil på en måte bety at vi har intervjuet 30 brukere indirekte, og dermed skaffet et litt mer overordnet blikk enn det vi ville fått av å intervju 3 brukere direkte. Selv om resultatene i kvalitative studier ikke er generaliserbare, har de uansett en overføringsverdi ved at de kan benyttes som grunnlag i videre forskning (Sverdrup, 2021, s. 76).

Intervjuene kunne også ha blitt gjennomført i en standardisert situasjon, ved å for eksempel gjennomføre alle intervjuene via internett, eller alle intervjuene på det samme rommet. Ved å ha

gjort intervjusituasjonen i alle intervjuene så like som mulig, ville det muligens vært færre faktorer som kan ha vært med å påvirke dataen som informantene formidlet. Da burde dessuten alle intervjuene vært styrt av en og samme intervjuholder. Om en slik homogenisert intervjusituasjon egentlig er det beste og mest effektive i praksis kan diskuteres. Dersom det for eksempel hadde vært et krav fra vår side at alle intervjuene skulle blitt gjennomført over internett, er det ikke sikkert at alle informantene våre hadde ønsket å stille opp. På grunn av begrenset tid på å gjennomføre denne studien, valgte vi derfor å være imøtekommende og fleksible med tanke på intervjusituasjonene.

3.7 Personvern

Gjennom denne studien har det til enhver tid vært fokus på å overholde alle gjeldende regler om personvern. Det ble ikke søkt Sikt (tidligere NSD) om forhåndsgodkjenning til å utføre denne studien, og derfor har ingen personopplysninger blitt behandlet eller notert. Informantene ble informert om at ingen personopplysninger ville bli behandlet eller notert, kun informantenes fornavn og yrke. Som beskrevet tidligere ble informantene gitt fiksjonelle navn for å kunne omtales i oppgaven og samtidig opprettholde deres anonymitet. Det har ikke blitt samlet inn medisinsk informasjon i denne studien, og dermed ble det heller ikke søkt forhåndsgodkjenning av REK. Alle krav om personvern har til enhver tid blitt etterfulgt.

3.8 Oppsummering

I dette kapitlet har vi redegjort for designet til studien vår. Vi har beskrevet metoder vi har benyttet og hvorfor nettopp disse ble valgte. I kapittel 3.6 drøftet vi hvordan studien kunne ha vært gjort annerledes, og hvordan det trolig ville ha påvirket resultatene våre. Avslutningsvis i kapitlet, har vi beskrevet vårt fokus og forhold til personvern. I neste kapittel presenteres resultatene fra studien.

4.0 Resultater

I dette kapitlet blir funn fra studien presentert. Først presenteres funnene i form av en tabell. Videre, beskrives hovedkategoriene og tilhørende subkategorier i sammenfattet tekst. Resultatene blir presentert og illustrert ved hjelp av direkte sitater, erfaringer og meninger fra informantene.

4.1 Funn kategorisert i hovedkategorier og subkategorier

Etter å ha analysert funnene våre med systematisk tekstkondensering kom vi frem til tre hovedkategorier; mental uhelse, mangel på mestring og mangel på formell kompetanse. Nedenfor presenteres resultatene av datamateriale som hovedkategorier med tilhørende subkategorier.

Tabell 4.1: Presentasjon av funn kategorisert i hovedkategorier og subkategorier

Hovedkategorier:	Mental uhelse	Mangel på mestring	Mangel på formell kompetanse
Subkategorier:	Sosial angst	Lite mestringstro	Frafall fra skolen
	Negative tanker og depresjons—symptomer	Lav selvtillit	For høye krav fra arbeidslivet
	Mobbing	Lav mestringsfølelse	Krav om formell utdanning
	Selvdiagnostisering	Svake teoretiske ferdigheter	Krav om arbeidserfaring
	Sosiale medier	“Akademisk dreping”	Lite omsorg og oppfølging
	Skjermtid	Svake sosiale ferdigheter	Mangel på praksisplasser

Mental uhelse

I alle intervjuene ble det referert til samlebetegnelsen mental uhelse som en av de viktigste faktorene som kan forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet. Informantene fortalte at det var hyppere forekomst av angst og depresjon, mens konsentrasjonsvansker som ADD og ADHD, ble også nevnt som like betydningsfullt. Dette medførte utfordringer med blant annet det å søke jobb, det å dra på intervju og det å stå i arbeid over tid. En av informantene fortalte at sosial samhandling med kollegaer på arbeidsplassen er spesielt utfordrende for personer med sosial angst, og for personer som har blitt utsatt for mobbing tidligere i livet.

“Et kjennetegn er at personer i denne målgruppen gjerne opplever lunsjpausene som noe av det mest utfordrende, fordi da forventes det at man skal være sosial og delta i small-talk med de andre.” - Kim, sosionom

Selvdiagnostisering var et tema som gikk igjen i intervjuene som et svært uheldig fenomen. Informantene fortalte at i noen tilfeller, kunne selvdiagnostisering potensielt brukes som en forsvarsmekanisme mot å gjøre ting som man i utgangspunktet ikke er komfortabel med å gjøre, som for eksempel det å ta bussen til jobben i rushtiden. Det kom frem at et slikt scenario til og med kan utarte seg uten at personen det gjelder selv er bevisst dette. Informantene har erfart gjentatte ganger at mennesker bruker informasjon fra internett til å diagnostisere seg selv, og at dette ofte blir deres grunn til hvorfor de ikke mestrer hverdagslige oppgaver og aktiviteter. Det ble tilføyd at når de først begynner å fokusere på selvtildelte diagnoser, så er veien kort til at de blir helt opphengt i det de selv opplever som helseproblematisk. Som oftest har disse personene et ønske om å bli helt friske, før de er villig til å prøve seg i arbeidslivet.

“Vi lever i en digital verden full av kunnskap, hvor det blir stadig lettere å finne informasjon om diagnoser på nettet. Samtidig blir vi mennesker bedre og bedre på å selvdiagnostisere og på å finne feil ved oss selv.” - Per, ergoterapeut

Funn fra studien viste at sosiale medier kan ha negative effekter på unge voksnes mentale helse. Det kom frem at bruken av sosiale medier er en relativt ny faktor som kan påvirke hvordan unge voksne ser på seg selv. Det ble påpekt at det er lettere nå enn før å sammenligne seg selv med andre jevnaldrende, og de svært urealistiske rollemodellene som nettet florerer av. Det ble også fortalt at mange ikke er klar over at bilder og videoer som legges ut på nett, som regel er redigerte. En slik misoppfatning kan igjen føre til forvrengte kroppsidealer og et massivt kroppspress blant de unge. Funn fra studien viste også at å sammenligne seg selv slik, opp imot disse surrealistiske kroppsidealene, kan være svært ødeleggende både for de unges selvtillit og velvære, så vel som for deres mentale helse.

*“Dagens unge voksne er en teknologi- og informasjons-generasjon, som vet alt som foregår rundt om i verden til enhver tid. Sosiale medier gjør det lettere enn aldri før å sammenligne seg selv med andre. Enten det er en klassekompis, eller verdenskjente Kim Kardashian.”
- Per, ergoterapeut*

Data fra studien viste til hvordan overdreven skjermbruk kan påvirke negativt en persons oppmerksomhet, konsentrasjon og fokus. Det kom frem at dette var et relativt nytt fenomen blant unge voksne i dagens samfunn, som er vokst opp med smart-teknologi og skjermer i en vesentlig

større grad enn noensinne før. Funn fra studien pekte på hvordan økt mengde stimuli i hverdagslivet og momentane tilbakemeldinger fra apper og spill er ugunstig for hjernen vår, da den fort venner seg til dette og nærmest blir avhengig av de økte mengdene. Det ble videre påpekt at dette kan resultere i at mindre stimulerende oppgaver, som for eksempel å lese pensum, fort blir veldig kjedelige i forhold til de stimulerende oppgavene og mediene man har vendt seg til. Av den samme grunnen, kan det være ekstra utfordrende for unge voksne å delta i en arbeidssituasjon hvor de ikke får kjapp respons eller samme mengde stimuli som de har vendt seg til. Både økt mengde stimuli i hverdagslivet, overdreven skjermbruk og bruken av sosiale medier, ble påpekt som faktorer som kan påvirke negativt de unge voksnes mentale helse, og dermed også indirekte forhindre unge voksne til å delta i arbeidslivet.

Mangel på mestring

Funn fra studien viste at mangel på mestring både av det faglige og sosiale på skolen er en faktor som kan være med å forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet. Det kom frem at skolen er lite tilrettelagt for allmenheten, og spesielt for personer med ulike diagnoser som ADHD, Tourettes- og Aspergers syndrom. Det ble videre påpekt at skolesystemet er gammeldags, lite tilrettelagt for den enkelte, og at systemet kun er gunstig lagt opp for dem som er akademisk sterke.

“Personer som ikke er akademisk sterke passer ikke inn i dagens norske skolesystem. Personer som er praktisk anlagt, får ikke gehør for sine praktiske ferdigheter og ressurser på skolen. Det blir heller lagt vekt på det teoretiske som mange ikke mestrer. Dette kaller jeg for akademisk dreping.” - Kim, sosionom

Med “akademisk dreping” mente denne informant at personer som ikke passer inn i dagens skolesystem får lite utbytte av den typiske skolehverdagen. Personer som er praktisk anlagt, får ikke anerkjennelse for sine praktiske ferdigheter og ressurser på skolen. Der fokuseres det heller på teoretiske ferdighetene, som disse personene ikke mestrer. Med dette smale fokuset, ender skolesystemet opp med å “drepe” elevenes tro på seg selv, og troen på at de mestrer de oppgavene dem blir tildelt (jf. Akademisk dreping). Videre ble det formidlet at det å svekke elevenes mestringstro tidlig på denne måten, kan forplante seg videre i livene deres, og kan senere være med å forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet. Funn fra studien viste at personer som ikke er akademisk sterke ikke får den oppfølgingen de har behov for, og at dette kan ha en direkte sammenheng med frafallet fra skolen. Det ble påpekt at samfunnet endrer seg raskt og at skolesystemet må justeres i takt og i henhold til dette.

Data fra studien understrekte at svake sosiale ferdigheter er en mulig faktor som kan forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet. Det ble beskrevet at personer som har svake sosiale ferdigheter, har større sannsynlighet for å bli utsatt for mobbing i ung alder, og at lav selvtillit og lite mestringstro er et typisk resultat av dette. I tillegg, har alle informantene i studien erfart at sosial angst og depresjon i mange tilfeller er et direkte resultat av mobbing. Det ble beskrevet at både mobbing og “akademisk dreping” kan medføre negative tanker om seg selv, og i verste fall depresjon, som igjen kan føre til utfordringer med å prestere på skolen. Utvalget i studien beskrev at disse faktorene kan resultere i at man opplever å ikke mestre det sosiale, som igjen er en faktor som kan være med å forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet.

Funn fra studien indikerte at det å ikke oppfylle de forventede normene på arbeidsplassen, som for eksempel forventningen om sosial deltagelse i pausene, kan føre til lav mestringsfølelse.

Arbeidsoppgaver med for høye krav i forhold til individets forutsetninger, kan også svekke individets mestringstro. I alle intervjuene ble lite mestringstro og lav mestringsfølelse nevnt som faktorer som kan forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet.

Mangel på formell kompetanse

Data fra studien påpekte også at lite omsorg og oppfølging i hjemmet i ung alder er en faktor som har sammenheng med mangel på formell kompetanse. Hvis individet får lite oppfølging i hjemmet, kan dette resultere i redusert prestasjonsnivå på skolen, og økt sannsynlighet for å ikke fullføre utdanning. Informantene påpekte at såkalte “dropouts” er den største årsaken til mangel på formell kompetanse hos individet.

“Om 10 år så har vi ikke råd til at arbeidsmarkedet er så smalt å komme seg inn i!

Samfunnet må inkludere mange flere enn tidligere, for alle har ressurser som kan være til nytte for samfunnet.” - Erik, vernepleier

Data fra studien viste at dagens arbeidsmarked forventer mer formell kompetanse hos individet. Det vektlegges nå, i mye større grad enn tidligere, at en arbeidstaker må ha en formell utdanning for å kvalifisere seg til en stilling. Ideelt sett, skal man også ha en del arbeidserfaring fra før av, noe som igjen gjør det ekstra utfordrerne å bli ansatt for første gang. Det ble også påpekt at dette er et samfunnsproblem, og at det handler mye om hvordan samfunnet er utformet, da dagens arbeidsmarked stiller for høye krav til formell kompetanse. Dette resulterer i at unge voksne uten fullført utdanning, blir unødvendig stående utenfor arbeidslivet, til tross for at de har iboende ressurser som de kunne ha nyttiggjort seg av.

De tre informantene i studien presiserte at det er mindre utfordrende å komme inn i arbeidsmarkedet for de med høyere utdanning eller fagbrev. Det ble også påpekt at mangel på praksisplasser er en direkte årsak til at mange ikke fullfører utdanningen sin. Dette kan føre til at de ikke oppnår formell kompetanse. Informantene vektla at mangel på formell kompetanse er en faktor som kan være med å forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet.

4.2 Oppsummering

I dette kapitlet ble funnene fra studien presentert. Utvalget i studien beskrev flere faktorer som kan være med å forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet. Temaer som gikk igjen i alle intervjuene var mental uhelse, mangel på mestring i skole og arbeidsliv, og mangel på formell kompetanse. I neste kapittel blir funnene tolket og diskutert opp imot hverandre, opp imot relevant forskning, og i lys av aktivitetsperspektivet "DBBB".

5.0 Diskusjon

I dette kapitlet blir funnene fra studien tolket og diskutert opp imot hverandre, opp imot relevant forskning, og i lys av aktivitetsperspektivet "DBBB" for å undersøke problemstillingen ytterligere.

5.1 Drøfting av tema

Mental uhelse

Flere unge voksne i Norge opplever å ha angst og depresjon (Krokstad et al., 2021, s. 1); (Pape et al., 2012, s. 1), noe som kan ses i sammenheng med en økt forekomst av arbeidsledighet blant målgruppen. Våre funn støtter også denne sammenhengen, da vi fant ut at personer som har angst og depresjon kan ha utfordringer med å delta i arbeidslivet. Dette kan ses i form av barrierer som hindrer personer til å søke på jobb, dra på intervjuer og det å stå i et arbeid over tid. Forskning viser til at psykiske lidelser, som sosial angst og relasjonsvansker kan føre til en frakobling fra skole og arbeidsliv (Fyhn et al., 2021, s. 34-35). Data fra studien viser til at samhandling med kollegaer på arbeidsplassen kan være spesielt utfordrende for personer med opplevde angstsymptomer. Et nevnt scenario er utfordringer med lunsjpauser, fordi det forventes at man skal være sosial og delta i samtaler ved for et eksempel lunsjbordet. Det kan tenkes at personer som sliter med sosial angst kan ofte unngå (jf. "Doing") sosiale arenaer på arbeidsplassen. Dette kan medføre at personen kan føle seg isolert og distansert fra kollegaer, noe som kan videre føre til en følelse av å ikke høre til (jf.

“Belonging”). Det kan tenkes at en sosial distanse på arbeidsplassen kan redusere en persons trivsel og velvære, noe som kan føre til langtidssykemelding eller oppsigelse. Det å stå uten et arbeid kan påvirke ens karrierevekst, samtidig svekke individets potensial for vekst og utvikling (jf. “Becoming”) gjennom manglende arbeidserfaring. Kortfattet kan det tenkes at sosial angst i utgangspunktet hindrer arbeidsdeltagelse, samtidig kan føre til arbeidsledighet på grunn av utfordringer knyttet til sosial interaksjon.

På den andre siden, viser forskning at arbeidsdeltagelse sikrer individets aktive tilværelse og fører til økt livskvalitet (Frøyland & Spjelkavik, 2014, s. 330). Deltagelse i noe felles, som en arbeidsplass, vil også kunne styrke individets følelse av tilhørighet (jf. “Belonging”). Det kan tenkes at sosial omgang i trygge omgivelser trolig er akkurat den treningen personer med sosial angst har behov for. Dersom en person med sosial angst klarer å eksponere seg for en slik situasjon, kan det å ha en arbeidsplass å gå til (jf. “Belonging”), og det å kunne utføre arbeidsoppgaver (jf. “Doing”) bidra med å opprettholde struktur og rutiner i hverdagen. Dette kan gi en økt følelse av kontroll, trygghet og mestring (jf. “Being”) for individet.

Våre funn nevner at personer som har svakere sosiale ferdigheter på skolen kan lettere bli utsatt for mobbing, og at personer som har blitt utsatt for dette ofte opplever å ha lavere selvtillit. Forskning viser at mobbing og psykiske lidelser er årsaker som kan påvirke en persons deltagelse i skole og arbeidsliv (Fyhn et al., 2021, s. 34-35). Det kan tenkes at mobbing påvirker en persons deltagelse i både skole og arbeidslivet, ved at personer som har blitt utsatt for dette kan endre ens identitet og selvtillit (jf. “Being”). Endring av selvtillit kan påvirke en persons atferd og handlingsmønster (jf. “Doing”). Det kan medføre at man kan unngå spesifikke situasjoner eller aktiviteter. Dette kan resultere i færre muligheter for læring, vekst og utvikling (jf. “Becoming”) gjennom enten skole eller arbeidsliv. Videre kan det tenkes at lav selvtillit på grunn av mobbing kan forsake utfordringer med relasjonsbygging til nye mennesker (jf. “Belonging”). Med dette kan det tenkes at lav selvtillit er en faktor som kan forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet.

Mangel på mestring

Mangel på mestring og selvtillit er en dominerende faktor som kan påvirke en persons deltagelse i skole og arbeidsliv (Fyhn et al., 2021, s. 34). Dette kan ses i sammenheng med manglende mestringsfølelse av det faglige på skolen. Basert på funn så blir skolen omtalt som gammeldags hvor personer som er akademisk sterke har best utbytte, i motsetning til de som er mer teoretisk anlagt. Med et slikt skolesystem så kan dette påvirke opplevelsen av mestring og motivasjon på skolen for

dem som er mindre teoretisk sterke (jf. Akademisk dreping). Det kan tenkes at lav mestringsfølelse kan svekke ens motivasjon og interesse til å prestere (jf. "Doing") på skolen, noe som kan begrense ens læring, utvikling, og kunne nå sitt fulle potensial (jf. "Becoming"). Kortfattet kan dette være med på å hindre dem i å nå sine mål på skolen, og muligens påvirke senere arbeidsliv. Videre ble det presisert at det burde ha vært mer praktisk læring for personer som er praktisk anlagt, da de kan også få benyttet sine ressurser og ferdigheter i skolen. Et godt tilrettelagt skolesystem med praktisk læring i teoretiske fag kan øke interessen, gleden og motivasjonen blant elevene på skolen. Dette kan være med på å skape lærelyst, som er noe vi tenker er helt essensielt for å kunne fullføre en utdanning. Det å delta på skolen kan være en aktivitet som oppleves meningsfulle for den enkelte (Aagaard & Langdal, 2019, s. 114). Ved å innføre mer praktisk læring i skolen kan elever skape en identitet (jf. "Being") gjennom aktivitet (jf. "Doing"). Etablering av mer praktisk læring tenker vi kan bidra med at flere elever kan få benyttet sine ressurser og utvikle sine ferdigheter (jf. "Becoming"). Det å fremme mestringsfølelse og trivsel på skolen kan motvirke et frafall fra skolen, noe som kan kunne bidra med å øke sjansen for fremtidig arbeidsdeltagelse.

På en annen side, så er folk forskjellige (jf. "Being") og de har ulike behov. Selv om praktisk læring kan være det mest ideelle for noen, kan det også tenkes at teoretisk læring er det mest ideelle for andre. For noen kan det trolig virke forstyrrende, og resultere i mindre effektiv læring. I tillegg, kan praktisk læring være ressurskrevende både i form av tid og forberedelser. Det kan tenkes at det mest effektive hadde vært å kartlegge klassen, og delt elevene i to grupper basert på hvilken læringsstrategi som fungerer best for den enkelte.

En annen årsak til lav selvtillit og mestringsstro som kan påvirke arbeidsdeltagelsen blant unge voksne, kan ses i sammenheng med bruken av sosiale medier. Forskning viser at sosiale medier kan ha spesielt negativ virkning på unge voksne sin mentale helse, og at personer med overdrevent bruk av disse har dobbel så høy sannsynlighet for å oppleve depresjonssymptomer som personer med moderat bruk (Krokstad et al., 2021, s. 7). Våre funn støtter også denne sammenhengen der informantene beskrev hvordan sosiale medier kunne påvirke unge voksnes syn på seg selv. Det ble indikert at sosiale medier er en arena som muliggjør at det er enda enklere for unge voksne å sammenligne seg selv med andre jevnaldrende og urealistiske rollemodeller. Konsekvensen av dette kan medføre lavere selvtillit og velvære. Lav selvtillit tenker vi kan ha en betydelig innvirkning på en persons atferd og handlinger (jf. "Doing"). Personer med lav selvtillit og mestringsstro kan oppleve det utfordrende å takle situasjoner som krever mye av dem, for eksempel jobbsøking. Med dette kan det tenkes at personen oppfatter seg selv som mindre kompetent (jf. "Being") og dermed unngår å søke (jf. "Doing") på stillinger selv om personen oppfyller stillingskravene. Det kan tenkes at av selvtillit og mestringsstro kan være faktorer som forhindrer unge voksne å delta i arbeidslivet.

Bruken av sosiale medier behøver ikke nødvendigvis å medføre lavere selvtillit. Det kan tenkes at gjennom sosiale medier kan man vise frem hva man er god til gjennom å dele bilder og tekst (jf. "Doing"), hvor man kan oppleve å få positive tilbakemeldinger. Dette kan gi en følelse av å bli verdsatt og å være god nok, samtidig føle seg en del av (jf. "Belonging") en gruppe. Noe som kan tenkes fremmer økt selvtillit hos den enkelte (jf. "Becoming").

Våre funn indikerte at overdreven skjermbruk kan svekke en persons konsentrasjon og fokus, særlig når det kommer til mindre stimulerende oppgaver og aktiviteter. Dette kan ses i sammenheng med manglende mestringsopplevelse av det faglige på skolen. Det kan tenkes at redusert konsentrasjon og oppmerksomhet kan gjøre det utfordrende for elever å følge med i timene. Konsekvensen av dette kan medføre at de blir hengende etter, og velger til slutt å droppe ut av skolen. Forskning viser at sannsynligheten er større for å stå utenfor arbeidslivet for personer som ikke har fullført videregående opplæring (NAV, 2021, s. 59). Våre funn viser til at det er en sterk sammenheng med frafall fra skolen og mangel på formell kompetanse. Kortfattet viser dette hvor viktig og betydningsfull en utdanning har for å kunne delta i arbeidslivet.

Videre kan overdrevet bruk av skjerm ses i sammenheng med vårt funn som viser at det er en økning av selvdiagnostisering blant unge i dagens informasjons-samfunn. For eksempel hvis en person begynner å kjenne seg mye mer ufokusert i forhold til andre, kan det øke deres interesse for å finne ut hva dette kan skyldes. På internett kan man enkelt finne tilstrekkelig informasjon om at disse symptomene kan relateres til konsentrasjonsvanske-diagnoser som ADD og ADHD. Dette kan medføre at personer diagnostiserer seg selv med disse diagnosene. Det kan videre tenkes at den selvtildelede diagnosen kan benyttes som en begrunnelse ovenfor seg selv om hvorfor man ikke klarer å prestere på lik linje med andre. Ved et slik tankesett kan det begrense egne forventninger til hvilke roller man kan innta og hvilke aktiviteter man kan utføre (jf. "Doing"). Dette kan igjen være med på å begrense ens muligheter for utvikling og vekst (jf. "Becoming"), samtidig påvirke en persons inkludering og deltagelse i meningsfulle aktiviteter. Ifølge ergoterapeutenes kjernekompetanse så er meningsfull aktivitet og deltagelse helsefremmende (Norsk Ergoterapeutforbund, 2017, s. 7). Med dette kan det tenkes at selvdiagnostisering kan ha stor innvirkning på en persons liv, ved å begrense en persons deltagelse i meningsfulle aktiviteter, som for eksempel deltagelse i arbeidslivet.

På en annen side kan selvdiagnostisering oppleves som noe positivt for individet. Ved å kjenne seg igjen i symptomene til en diagnose kan dette bidra til bevisstgjøring rundt og forståelse for de utfordringene, samtidig den adferden individet har (jf. "Being"). Dette kan igjen føre til aksept for at situasjonen er slik den er. Med dette kan individet tross sine utfordringer gjøre aktive handlinger (jf.

“Doing”) som kanskje mulig et individ ville ha unngått. Kortfattet er diagnostisering en komplisert og omfattende prosess som bør utføres av helsepersonell som har autorisering til dette.

Mangel på formell kompetanse

Mangel på formell kompetanse har en sammenheng med arbeidsledighet (NAV, 2021, s. 59). Frafall fra videregående opplæring er en av de største årsakene til at unge voksne ikke får deltatt i arbeidslivet (OECD, 2018, s. 88). Dette samsvarer med funnene i studien som viser at arbeidsmarkedet krever mer formell kompetanse av individet for å kunne kvalifisere seg. Det ble presisert at hvis man har høyere utdanning eller fagbrev, er det enklere å komme inn i arbeidslivet. Dette kan ses i lys av Gap-modellen, som viser at det finnes et gap mellom individets forutsetninger og samfunnets krav (Lid, 2022). Samfunnets høye krav til kompetanse kan være en hindring til at flere unge voksne står unødvendig utenfor arbeidslivet, spesielt personer som ikke har fullført utdanning. Arbeidsdeltagelse kan for mange være en meningsfull aktivitet, der individet kan føle seg deltagende i samfunnet (Peoples et al., 2019, s.25). Det tenkes at individer som ikke får benyttet sine ressurser i arbeidslivet, kan føle på en manglende tilhørighet (jf. “Belonging”) til samfunnet. Samfunnets høye krav kan begrense individets utviklingspotensial (jf. “Becoming”) ved å minske muligheten for arbeidserfaring. Med et så høyt kompetansekrav fra samfunnet, kan det begrense unge voksne som har gode arbeidsevner, til å delta i arbeidslivet.

Funn fra studien pekte på at alle kan benyttes i arbeidsmarkedet hvis det er gode tilrettelagte arbeidsforhold i samfunnet. “Place then train”-tilnærmingene ble nevnt som et tiltak som kan motvirke at så mange unge voksne ikke deltar i arbeidslivet på bakgrunn av mangel på formell kompetanse. Vi velger å trekke det frem her i diskusjon fordi vi ser viktigheten av hvordan tilnærmingen kan anvendes for å øke arbeidsdeltagelsen. Som nevnt tidligere, er arbeidsledighet ofte påvirket av lavt utdanningsnivå som skyldes frafall fra videregående opplæring (NAV, 2021, s. 59). Det er derfor vesentlig at samfunnet tilrettelegger for at flest mulig kan fullføre utdanningen slik at de kvalifiserer seg til arbeidslivet (NOU 2021: 2, s. 264). Personer som ikke har fullført utdanning eller har andre utfordringer som gjør at de ikke kvalifiserer seg til arbeidslivet, kan få bistand gjennom arbeidsrettet tiltak som “place then train.” Data fra studien viste til at samfunnet i dag hovedsakelig drives av en “train then place”-tilnærming. Det kan tenkes at for å øke arbeidsdeltagelsen i landet, så bør samfunnet kombinere både “train then place” og “place then train”. Det kan tenkes at det vil føre til at flere personer uten formell kompetanse kan føle seg inkludert i samfunnet, bygge opp mestringstro gjennom arbeidserfaringer, og samtidig bidra til å opprettholde det norske velferdssystemet.

På en annen side, kan det tenkes at personer i arbeidsrettede tiltak er mer utsatt for å få en dårlig erfaring fra “place then train”-tilnærmingen hvis tilstrekkelig integrering, oppfølging og opplæring på arbeidsplassen ikke står i fokus. Dessuten bør også ressurser, og hva personen mestrer, vektlegges i mye større grad enn deres begrensninger, og hva de ikke mestrer. Det er svært viktig at alle disse momentene følges opp, da personer i denne situasjonen trolig er i en sårbar fase i livet. Hvis disse momentene ikke følges, kan det resultere i følelser av å ikke passe inn (jf. “Belonging”), redusert selvtillit og mestringstro (jf. “Being”), og negative tanker om sitt potensial for utvikling (jf. “Becoming”).

Forskning viser til at det er et økende behov for arbeidsdeltagelse i Norge (Meld. St. 14. S. 30-31). Det trengs å rekruttere flere unge voksne inn i arbeidslivet, og særlig innenfor helserelaterte yrker (Vik, 2015). Dette kan ha en sammenheng med den kommende eldrebølgen som vil medføre dette behovet ytterligere i årene fremover. For å imøtekomme dette behovet så burde det fokuseres på å inkludere flere inn i arbeidslivet slik at velferdsstaten nyttiggjør seg av den potensielle arbeidskraften i landet. Datainnsamlingen fra resultat kapitlet viser til at samfunnet må endres på grunn av det høye kravet til formell kompetanse. Dette kan ses i sammenheng med statistikken som viser at arbeidsledigheten blant unge voksne er tre ganger så høy som den generelle arbeidsledigheten i landet (Figur 1.1) (Statistisk sentralbyrå, 2023). Med dette kan det tenkes at samfunnets høye krav til formell kompetanse kan være en vesentlig årsak til den vedvarende arbeidsdeltagelsen blant unge voksne. Får man til å redusere gapet mellom arbeidslivets krav og individets kompetanse, så kan det øke muligheten for arbeidsdeltagelse og samtidig redusere arbeidsledighet.

Forskning har vist at arbeidsdeltagelse sikrer individets aktive tilværelse og fører til økt livskvalitet (Frøyland & Spjelkavik, 2014, s. 330; Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 65). Det kan tenkes at det å ha et arbeid å gå til kan ha betydelig effekt på den enkeltes trivsel og velvære. Gjennom arbeid kan mennesker delta og engasjere seg i aktiviteter som dem opplever som meningsfulle, samtidig gi en følelse av formål. Et arbeid kan gi en følelse av tilhørighet (jf. “Belonging”) til et felleskap. I tillegg kan et arbeid bidra til personlig utvikling og være et middel til å nå sitt potensial (jf. “Becoming”). Det å ha en jobb å gå til kan også bidra med å skape rutiner, vaner, roller og en opplevelse av sammenheng i livet. Med dette ser vi viktigheten og betydningen av å inkludere personer som står uten arbeid inn i arbeidslivet.

5.2 Oppsummering

I dette kapitlet ble funnene fra studien tolket og diskutert opp imot hverandre, opp imot relevant forskning, og i lys av aktivitetsperspektivet "DBBB". I det neste kapitlet trekkes de avsluttende trående for denne studien og oppgaven konkluderes.

6.0 Konklusjon

Som vist i denne studien, er det svært mange forskjellige faktorer som kan bidra til å forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet. Tematikken i denne studien er svært kompleks, og det finnes ikke ett enkelt fasitsvar som dekker hele bredden på problemstillingen. Hver situasjon er unik, og hvert individ kan påvirkes forskjellig og i ulik grad av de ulike faktorene.

Tidligere i studien, kom vi frem til tre hovedkategorier for faktorer som kan være med å forhindre unge voksne å delta i arbeidslivet; mental uhelse, mangel på mestring og mangel på formell kompetanse. Ved studiens slutfase, ser disse tre hovedkategoriene fremdeles ut til å være en passende grovinndeling av påvirkende faktorer. Vi har dannet oss et inntrykk av at både lav selvtillit og lav mestringstro kan være underliggende faktorer som går igjen i alle hovedkategoriene.

Det kan også tenkes at den store teknologiske fremveksten de siste 20 årene, har medført at målgruppen til en viss grad har vært mindre fysisk sosiale med andre, enn tidligere generasjoner. Mindre trening, opplevelser og erfaringer fra å delta i fysiske sosiale settinger, kan ha resultert i et lavere gjennomsnittsnivå på sosiale ferdigheter blant målgruppen, som igjen kan ha en sammenheng med lav selvtillit og lav mestringstro.

Avslutningsvis, ønsker vi å påpeke at det er stort behov for å forske videre på denne tematikken. For eksempel kan det forskes videre på hvilke tiltak som kan iverksettes for å motvirke de forskjellige faktorene, eller hvordan man kan jobbe forebyggende gjennom folkehelsearbeid.

Videre forskning på dette tema vil trolig være nyttig både for individet, samfunnet og velferdsstaten.

7.0 Referanser

Aagaard, M. & Langdal, I. (2019). Centrale begreber inden for ergoterapi. I Å. Brandt, H. Peoples, & U. Pedersen (Red.), *Basisbog i ergoterapi: aktivitet og deltagelse i hverdagslivet* (4. utg., s. 111-125). Munksgaard.

Bruusgaard, D. (2022, 11. januar). Diagnose. I *Store medisinske leksikon*. <https://sml.snl.no/diagnose>

Ergoterapeutene. (2017). *Alle skal kunne delta - Ergoterapeuters kjernekompetanse* [Brosjyre]. Norsk Ergoterapeutforbund. <https://ergoterapeutene.org/ergoterapi/>

Frøyland, K. & Spjelkavik, Ø. (2014). Inkluderingskompetanse – et fagfelt i utvikling. I K. Frøyland & Ø. Spjelkavik (Red), *Inkluderingskompetanse: Ordinært arbeid som mål og middel*. (s. 326-341). Gyldendal Norsk Forlag AS.

Frøyland, K. & Spjelkavik, Ø. (2014). Inkluderingskompetanse – et integrert perspektiv. I K. Frøyland & Ø. Spjelkavik (Red), *Inkluderingskompetanse: Ordinært arbeid som mål og middel*. (s. 18-32). Gyldendal Norsk Forlag AS.

Fyhn, T., Radlick, R.L., og Sveinsdottir, V. (2021). *Unge som står utenfor arbeid, opplæring og utdanning. En analyse av unge i NEET-kategorien*. (2:2021, NORCE.). Kommunesektorens organisasjon. <https://agderfk.no/f/p1/i6a205a12-23e0-4ccf-8aff-d6c95eb5f0ba/unge-utenfor-arbeid-opplering-og-utdanning.pdf>

Helgesen, L. A. (2018). *Menneskets dimensjoner: Lærebok i psykologi* (3 utg.). Cappelen Damm akademisk.

Krokstad, S., Weiss, D. A., Krokstad, M. A., Rangul, V., Kvaløy, K., Ingul, J. M., Bjerkeset, O., Twenge, J., & Sund, E. R. (2022). *Divergent decennial trends in mental health according to age reveal poorer mental health for young people: Repeated cross-sectional population-based surveys from the HUNT Study, Norway*. *BMJ Open*, 12(5), e057654. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-057654>

Lid, I. M. (2022, 29. Desember). Gap-modellen. I *Store norske leksikon*. <https://snl.no/gap-modellen>

Lindahl-Jacobsen, L. & Jessen-Winge, C. (2017). *Meningsfulde aktiviteterets betydning for sundhet og velvære*. I H. K. Kristensen, A. S. B. Schou & J. L. Mærsk (Red.), *Nordisk Aktivitetsvidenskab* (s. 61-76). Munksgaard.

Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag: En innføring* (4. utg). Universitetsforlaget.

Meld. St. 14 (2020-2021). *Perspektivmeldingen 2021*. Finansdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-14-20202021/id2834218/>

Mousing, H. & Berntzen, H. B. (2019). Det danske sundhedsvæsen og ergoterapi. I Å. Brandt, H. Peoples, & U. Pedersen (Red.), *Basisbogi ergoterapi: aktivitet og deltagelse i hverdagslivet* (4. utg., s. 33-42). Munksgaard.

NAV. (2021). *NAV's omverdensanalyse 2021* (NAV-rapport nr. 1). NAV. <https://www.nav.no/no/nav-og-samfunn/kunnskap/analyser-fra-nav/nav-rapportserie/nav-rapporter/omverdensanalyse-2021>

NOU 1994: 8 (1994). *Kompetanseutvikling i arbeidet for psykisk utviklingshemmede*. Arbeids- og inkluderingsdepartementet. https://www.regjeringen.no/contentassets/c76580dd207a4385b5bf4f9ddfebfa8a/no/pdfa/nou1994_19940008000dddpdfa.pdf

NOU 2021: 2. (2021). *Kompetanse, aktivitet og inntektssikring: Tiltak for økt sysselsetting*. Arbeids- og inkluderingsdepartementet.

<https://www.regjeringen.no/contentassets/2943e48dbf4544b8b5f456c850dcccbe/no/pdfs/nou202120210002000dddpdfs.pdf>

OECD. (2018). *Investing in Youth: Norway*. Investing in Youth. OECD Publishing.

<https://doi.org/10.1787/9789264283671-en>.

Pape, K., Bjørngaard, J. H., Holmen, T. L., & Krokstad, S. (2012). *The welfare burden of adolescent anxiety and depression: A prospective study of 7500 young Norwegians and their families: the HUNT study*. *BMJ Open*, 2(6), e001942. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2012-001942>

Peoples, H., Brandt, Å. & Pedersen, U. (2019). Introduktion til ergoterapi. I Å. Brandt, H. Peoples, & U. Pedersen (Red.), *Basisbog i ergoterapi: aktivitet og deltagelse i hverdagslivet* (4. utg., s. 25-31). Munksgaard.

Spjelkavik, Ø. (2014). Ordinært arbeidsliv som metode og mål. I K. Frøyland & Ø. Spjelkavik (Red), *Inkluderingskompetanse: Ordinært arbeid som mål og middel*. (s. 33-50). Gyldendal Norsk Forlag AS.

Statistisk sentralbyrå. (2023). *08517: Arbeidsledige, etter kjønn, alder, statistikkvariabel og år* [Statistikk]. <https://www.ssb.no/statbank/sq/10082721>

Steigum, J. B. (2020, 5. april). *Selvfølelse og selvtillit*. NDLA. <https://ndla.no/article/23208>

Svartdal, F. (2018, 29. august). *Mestring*. I *Store norske leksikon*. <https://snl.no/mestring>

Vik, K. (2015). *Mens vi venter på eldrebølgen: fra eldreomsorg til aktivitet og deltakelse*. Gyldendal akademisk.

8.0 Vedlegg

