

# Kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi

Erfarenheter från arbetsterapeuter och klienter

Marie-Louise Jodén  
Johanna Ledin-Åberg

Luleå tekniska universitet

C- uppsats  
Arbetsterapi

Institutionen för Hälsovetenskap  
Avdelningen för Arbetsterapi

Luleå tekniska universitet  
Institutionen för hälsovetenskap  
Avdelningen för hälsa och rehabilitering  
Arbetsterapeutprogrammet, 180 hp

Kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi:  
Erfarenheter från arbetsterapeuter och klienter

Creative arts as intervention in occupational therapy:  
Experiences by occupational therapists and clients

Författare: Marie-Louise Jodén & Johanna Ledin-Åberg

Examensarbete i arbetsterapi, 15 hp  
Vårterminen 2010  
Handledare: Gunilla Isaksson

Jodén, M-L., & Ledin-Åberg, J.

**Kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi: Erfarenheter från arbetsterapeuter och klienter.**

Creative arts as intervention in occupational therapy: Experiences by occupational therapists and clients.

Examensarbete i arbetsterapi, 15 poäng, Luleå tekniska universitet, Institutionen för hälsovetenskap, 2010.

**Sammanfattning**

Syftet med studien var att beskriva de erfarenheter som arbetsterapeuter och långvarigt sjuka klienter har av kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi. En deskriptiv kvalitativ metod valdes för att besvara syftet. Data samlades in via semistrukturerade intervjuer med arbetsterapeuter samt genom en skriftlig frågeställning till klienter. Utifrån en latent innehållsanalys analyserades insamlad data vilket resulterade i ett övergripande tema, *"Kreativa aktiviteter används som ett medel och ett mål inom arbetsterapi"* samt tre kategorier, *"Ett medel som är avledande och underlättar samtal med klienten"*, *"Ett medel att observera och träna klienters funktionsförmåga"*, samt *"Ett medel att hitta strategier som kan överföras till vardagliga aktiviteter"*. Resultatet avspeglade arbetsterapeuters erfarenhet av att använda kreativa aktiviteter som medel och mål för att nå längre i rehabiliteringen. De kreativa aktiviteterna bidrog till att svårfångad information framkom som kunde underlätta fortsatt rehabilitering. De var ett naturligt observationstillfälle och ett meningsfullt medel för funktionsträning och medverkade till att utveckla strategier som problemlösning, anpassning och förändring som sedan kunde överföras till vardagliga aktiviteter. Detta är implikationer för att fortsätta använda kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi och studien bidrar med ökad kunskap hur de kan användas som medel och mål.

Keywords: creative activities, occupational therapy, occupational therapists, clients, goals, means

Jodén, M-L., & Ledin-Åberg, J.

**Creative arts as intervention in occupational therapy: Experiences by occupational therapists and clients.**

Kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi: Erfarenheter från arbetsterapeuter och klienter.

Examensarbete i arbetsterapi, 15 poäng, Luleå tekniska universitet, Institutionen för hälsovetenskap, 2010.

**Abstract**

The aim of this study was to describe the experience that occupational therapists and clients with long term illness have of creative activities within occupational therapy intervention. A descriptive qualitative approach was chosen and data were collected through semi-structured interviews with the occupational therapists and by written questionnaires to the clients. Collected data were analysed based on a latent qualitative content analysis, which resulted in an overall theme, "*Creative activities are used as a means and a goal in occupational therapy*" and three categories, "*A medium which is diversionary and facilitates discussions with the client,*" "*A way to observe and train the client's capacity for activity*", and "*A way to find strategies that are transferable to everyday activities*". The result reflected experiences of occupational therapists using creative activities as means and goals to enhance rehabilitation. The creative activities revealed elusive details that could facilitate the continued rehabilitation. They were a natural occasion for observation and meaningful means for functional training, contributing to the development of strategies for problem solving, adaptation and change transferable to everyday activities. These are implications of continuing to use creative activities as an intervention in occupational therapy and the study contributes to better understanding how they can be used as means and goals.

Keywords: creative activities, occupational therapy, occupational therapists, clients, goals, means

# INNEHÅLL

	Sid
<b>Bakgrund</b>	1
Historik	1
Kreativa aktiviteter	2
Kreativa aktiviteter som terapeutiskt medel	3
<b>Metod</b>	5
Design	5
Urval	5
Procedur	5
Datinsamling	6
Analys av data	6
Etiska reflektioner	8
<b>Resultat</b>	8
Kreativa aktiviteter används som ett medel och ett mål inom arbetsterapi	9
Ett medel som är avledande och underlättar samtal med klienten	10
Ett medel att observera och träna klienters funktionsförmåga	11
Ett medel att hitta strategier som kan överföras till vardagliga aktiviteter	14
<b>Diskussion</b>	16
<b>Konklusion</b>	19
<b>Metoddiskussion</b>	20
<b>Tillkännagivande</b>	21
<b>Referenslista</b>	22
<b>Bilagor</b>	24
Bilaga 1, Skriftlig frågeställning	24
Bilaga 2, Missivbrev	25
Bilaga 3, Frågeguide	26

Vad är kreativitet och vad menas med att vara kreativ i sitt liv? Människan föds med förmågan att vara kreativ, en förmåga som är nödvändig för människans utveckling. När en människa är kreativ och skapar något som är synligt för andra får hon bekräftelse och kan på så sätt få insikt om sig själv samt få en förståelse från omvärlden, vilket kan leda till gemenskap och utveckling. Att känna skapande förmåga och att vara kreativ är grunden till hur vårt självförtroende utvecklas, kreativitet uppstår alltid i ett möte mellan aktiviteten och utövaren (Thulin, 2007). Kreativa aktiviteter, ibland även kallade skapande aktiviteter, kan användas inom arbetsterapi och definieras i denna studie som arbete med silverlera, keramik, sömnad, målning, trä- och pappersarbeten. Vi kom under vår verksamhetsförlagda utbildning i kontakt med långvarigt sjuka klienter med smärtproblematik samt klienter som drabbats av en hjärnskada och som under sin behandling deltagit i olika kreativa aktiviteter. Vi observerade att klienterna upplevde och påverkades av kreativa aktiviteter på olika sätt och ett intresse väcktes att studera ämnet mer. Vår erfarenhet från studietiden är att användningen av kreativa aktiviteter har minskat inom arbetsterapeutyrket men med tanke på kreativitetens betydelse för människor och ett arbetsterapeutiskt fokus på meningsfulla aktiviteter tror vi att kreativa aktiviteter kan ha en viktig betydelse inom arbetsterapi, både för klienter och för arbetsterapeuter. Enligt Griffiths och Corr, (2007) har kreativa aktiviteter använts inom arbetsterapiens historia och påvisat positiva effekter som att självkänslan ökar och den sociala förmågan utvecklas, samtidigt som aktiviteterna kan ge negativa effekter då de kräver resurser i form av tid och höga materialkostnader. I flera studier (Griffiths & Corr, 2007; La Cour, Josephsson & Luborsky, 2005; Schmid, 2004) framhålls att kreativa aktiviteter har ägnats lite forskning och vi ville med denna studie få en ökad kunskap om arbetsterapeuters och klienters erfarenheter av kreativa aktiviteter.

## **Bakgrund**

### ***Historik***

Sedan 1800-talet har kreativa aktiviteter, då kallade sysselsättningsterapier, använts på mentalsjukhus i Sverige. Utbildade arbetsterapeuter tog på 1950-talet in kreativa aktiviteter i behandlingen för att uppnå olika syften, detta skedde till stor del inom psykiatrin men även inom andra områden och målsättningen var att använda dessa aktiviteter som en aktiv behandlingsform (Höök, 1979). Enligt Thompson och Blair (1998) har kreativa aktiviteter använts främst som behandling inom psykiatrin, i form av grupperapi, för att hjälpa

klienterna identifiera sina problem och genom att de delade sina erfarenheter med andra fick de förståelse för sina svårigheter. Gruppaktiviteterna verkade lugnande på klienterna och kreativa aktivitetsgrupper tog allt större plats i behandlingen. Från att ha varit en behandling där den sjuke blev berövad sin frihet kunde behandlingen bli mer botande och istället för att bara försöka kontrollera klienten hjälpte behandlingen denne mot ett förändrat beteende (Thompson & Blair, 1998). Användandet av kreativa aktiviteter, till exempel konst och hantverk, som terapeutiskt medel har minskat sedan 1960-talet, både i praktiken och i arbetsterapeututbildningen (Schmid, 2004; Thompson & Blair, 1998) vilket också är vår uppfattning. En aspekt kan vara svårigheter att förklara vad kreativa aktiviteter är, till vilka klientgrupper det är lämpligt att använda dessa aktiviteter samt om eller vilka effekter de kan ge.

### ***Kreativa aktiviteter***

Kreativa aktiviteter inom arbetsterapi kan definieras på olika sätt. Vardagliga sysslor kan vara kreativa, såsom att välja kläder eller att ordna håret men också mer konstnärliga som målning, arbete med lera och dans (Thompson & Blair, 1998). Schmidt (2004) framhåller att kreativitet inom arbetsterapi är mångfacetterat och kan handla om anpassning, förändring, våga ta risker, få flow i en aktivitet och problemlösning. Persson (1996) menar att aktiviteten ska vara meningsfull för klienten och den blir mer kreativ ju närmare ett uttryck den kommer och mindre kreativ ju närmare återskapande den kommer. Kreativa aktiviteter syftar enligt Cynkin och Robinson (1990) på en målmedveten aktivitet som involverar aktivt deltagande, användande av fantasi samt kreativa färdigheter.

Kreativa aktiviteter ställer krav på färdighet eller kapacitet hos den som ska utföra aktiviteten och den kapacitet en person har vara hindrande eller stödjande beroende på om aktivitetens krav stämmer överens med färdigheterna (Kielhofner, 2008). Vidare beskriver Kielhofner färdigheter som observerbara målinriktade handlingar hos en persons utförande av aktiviteter och kan beskrivas som resultat av interaktionen mellan personen och miljön. Om aktivitetens krav stämmer överens med färdighet eller kapacitet hos utövaren blir den kreativa aktiviteten en positiv upplevelse. Enligt Griffiths (2008) är det viktigt att utövaren ges möjlighet att välja en aktivitet som känns intressant och meningsfull samt att aktiviteten utförs i en trygg miljö, detta gör att utövaren känner ett större engagemang i den kreativa aktiviteten, får något annat att tänka på och därmed även kan få möjlighet att uppnå flow.

Csikszentmihalyi (1990) har utvecklat teorin om flow och beskriver det som ett tillstånd som uppstår när aktivitetens krav matchar utövarens färdigheter eller förmåga. Den som utför aktiviteten har kontroll över den, uppmärksamheten koncentreras till aktiviteten och målet är klart. Utövaren är bara medveten om aktiviteten och tiden glöms bort. Att ha kontroll och känna att kraven uteblir leder till ett ökat självförtroende hos utövaren (Csikszentmihalyi, 1990; Persson, Eklund & Isacson, 1999). Detta bekräftas i en studie av Reynolds och Prior (2006) gjord på tio kvinnor, som drabbats av cancer och deltagit i kreativa aktiviteter, där de beskriver att aktiviteterna gav dem värdefulla erfarenheter av flow.

### ***Kreativa aktiviteter som terapeutiskt medel***

Enligt Schmidt (2005) har alla kreativa aktiviteter en sak gemensamt, de kräver ett medel eller material. Målning kräver penslar och färg, vid dans eller drama är den mänskliga kroppen medlet och vid sång är rösten medlet. För att dessa kreativa aktiviteter ska kunna användas som terapeutiskt medel behöver klienten, terapeuten, medlet och miljön interagera med varandra. Schmidt (2005) menar även att kreativa aktiviteter påverkar hälsan på olika sätt, exempelvis genom att nå det omedvetna hos klienten. Detta kan uppnås genom att klienter ges möjlighet att uttrycka sig utan att behöva använda språket, vilket kan göra behandlingen mindre allvarlig, bidra till spontanitet hos både klienter och arbetsterapeuter och även ge nya upplevelser och erfarenheter.

I studier där kreativa aktiviteter belysts (La Cour, Josephsson, Thiselman & Nygård, 2007; Lloyd, Ren Wong & Petchkovsky, 2007; Reynolds, Vivat & Prior 2008) har klienter beskrivit en mängd upplevelser och erfarenheter av att ha deltagit i kreativa aktiviteter. Aktiviteterna beskrevs som en flykt från vardagen, engagerande, avslappnande, uppiggande och de skapade harmoni vilket ledde till att de sociala kraven försvann. De gav även ett bättre självförtroende, förbättrade eller utvecklade förmågor som till exempel nya tillvägagångssätt att lösa olika problem, dessa nya förmågor kunde sedan överföras till andra aktiviteter och situationer i livet. Sammanfattningsvis kan engagerande och meningsfulla kreativa aktiviteter påverka och underlätta behandlingen av till exempel klienter med smärtproblem, stressproblematik eller åtstörningar och det är vanligt att behandlingen sker i grupp (Engel, 2003; Giles, 2003; Ward, 2003).



Enligt Persson (1996) är det fördelaktigt att använda kreativa aktiviteter i grupp eftersom de innehåller terapeutiska kvaliteter, är meningsfulla för klienterna och ger möjlighet till både verbal och ickeverbal kommunikation samt interaktion med andra. La Cour, et al. (2007) skriver att deltagare som utövade kreativa aktiviteter i grupp upplevde en social dimension av att tillhöra en grupp och den gav styrka att konfrontera svårigheter i livet. Deltagarna beskrev också att de inspirerade varandra att prova nya aktiviteter eller att utföra dem på ett nytt sätt. De upplevde också att grupptillhörigheten, där alla hade liknande problem som till exempel långvarig sjukdom, gav ömsesidig förståelse och styrka.

En definition av långvarig sjukdom är att det är en diagnos som pågår under sex månader eller längre och i vilken det sker små förändringar eller som har en långsam utveckling (Williams, 1997). I Landstinget i Uppsala Län (2008) definieras långvarig sjukdom som varaktiga besvär efter olycksfall eller sjukdom, någon nedsatt funktion eller annat långvarigt hälsoproblem som pågår längre än 6 månader. I denna studie har författarna valt att avgränsa målgruppen långvarigt sjuka klienter till dem som drabbats av en hjärnskada samt klienter med smärtproblematik. Det finns flera studier (La Cour, et al. 2007; Lloyd, et al. 2007; Reynolds, et al. 2008) som beskriver hur kreativa aktiviteter upplevs och vilka effekter de kan ge till långvarigt sjuka klienter. Samtidigt framhåller La Cour, et al (2005) att det finns obesvarade frågor om varför och hur kreativa aktiviteter kan ge fördelar för långvarigt sjuka klienter. De menar att den långa tradition som kreativa aktiviteter har som en bra klinisk åtgärd inom arbetsterapi inte har synats tillräckligt kritiskt. Med tanke på tidigare forskning och med stöd av genomgång av ovanstående litteratur samt med hänsyn till författarnas egna erfarenheter har en förståelse vuxit fram för att kreativa aktiviteter kan stödja och underlätta för klienter och arbetsterapeuter i behandlingen. Utifrån detta framkommer att kreativa aktiviteter skulle kunna användas inom arbetsterapi i större utsträckning men att det behövs forskning inom området och vi ville därför studera detta närmare. Syftet med denna studie var att beskriva de erfarenheter som arbetsterapeuter och långvarigt sjuka klienter har av kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi.

## **Metod**

### ***Design***

För att besvara syftet valdes en deskriptiv kvalitativ metod, som enligt Holloway och Wheeler (2002) är en lämplig metod då människors erfarenheter beskrivs. Data samlades in genom en skriftlig frågeställning (bilaga 1) riktad mot klienter samt genom intervjuer med arbetsterapeuter och analyserades utifrån en kvalitativ innehållsanalys inspirerad av Graneheim och Lundman (2004).

### ***Urval***

Utifrån uppsatta kriterier genomfördes ett ändamålsenligt urval. Enligt Holloway och Wheeler (2002) innebär ett ändamålsenligt urval att deltagare väljs utifrån erfarenheter, för att uppnå studiens syfte. Inklusionskriterier var långvarigt sjuka klienter som drabbats av en hjärnskada samt klienter med smärtproblematik som deltagit i kreativa aktiviteter vid två arbetsterapienheter vid ett sjukhus i mellersta Sverige och som efter avslutad behandling besvarat en skriftlig frågeställning. Utifrån dessa kriterier kom 102 klienter att inkluderas i studien och av dessa var 71 kvinnor i åldrarna 27-68 och 31 män i åldrarna 21-67. Inklusionskriterier för arbetsterapeuter var att de använde kreativa aktiviteter som intervention till ovanstående klienter och var verksamma på de två arbetsterapienheterna ovan.

### ***Procedur***

Utgångspunkten för denna studie var att författarna fick en förfrågan om intresse att använda en skriftlig frågeställning om kreativa aktiviteter som underlag till examensarbetet. Denna frågeställning användes som utvärderingsmaterial vid två arbetsterapienheter vid ett sjukhus i mellersta Sverige till långvarigt sjuka klienter som deltagit i kreativa aktiviteter. Att använda denna skriftliga frågeställning var av intresse av författarna som tackade ja. För att besvara studiens hela syfte togs därefter via ett missivbrev (bilaga 2) kontakt med sex arbetsterapeuter, alla kvinnor, som var verksamma vid de arbetsterapienheter där den skriftliga frågeställningen användes och samtliga tackade ja till deltagande. Missivbrevet sändes via mail och i detta informerades arbetsterapeuterna om bakgrunden till studien och de fick några exempel på frågor som skulle ställas, för att de skulle få möjlighet att förbereda sina svar. Missivbrevet innehöll information om studiens syfte och metod, att det var frivilligt att delta och tillåtet att när som helst dra sig ur studien. Konfidentialitet, det vill säga att ingen individ skulle kunna identifieras i det färdiga arbetet, utlovades samt tid att tänka över om de

ville delta eller inte gavs också. Intervjuerna skedde vid tidpunkt och plats som arbetsterapeuterna önskade, samtliga intervjuer varade i cirka tjugo minuter. De två första intervjuerna genomfördes av en av författarna med den andre författaren som observatör, detta gjordes för att stärka studiens trovärdighet när det gällde datainsamlingens pålitlighet (Graneheim & Lundman, 2004). Genom att båda författarna hört intervjuerna säkerställdes att efterföljande intervjuer, som genomfördes av den författare som var observatör i de första intervjuerna, innehöll likvärdiga frågor. Under och efter intervjuerna gjordes fältnoteringar om spontana intryck, vad som framkommit och om några nya frågor uppkommit som borde beaktas i kommande intervjuer (Kvale, 1997). Intervjuerna bandades för att sedan transkriberas ordagrant av författarna. Det bandade materialet samt de transkriberade intervjuerna var avidentifierade för att inte röja personuppgifterna på arbetsterapeuterna. Deltagarna tillfrågades om författarna fick återkomma vid behov för komplettering av intervjuerna.

### ***Datainsamling***

Den skriftliga frågeställningen till klienter med långvarig sjukdom var konstruerad av arbetsterapeuter vid neurodivisionen på ett sjukhus i mellersta Sverige med syfte att ta reda på hur klienter upplevde att delta i skapande aktiviteter, i denna studie är skapande aktiviteter synonymt med kreativa aktiviteter. Svaren på den skriftliga frågeställningen, avidentifierades av en av författarna på sjukhuset. Enligt Kvale (1997) och Holloway och Wheeler (2002) är syftet med den kvalitativa halvstrukturerade intervjuformen att erhålla kvalitativa beskrivningar och därigenom fånga den intervjuades erfarenheter och upplevelser. För att ta del av arbetsterapeuters erfarenheter konstruerades en intervjuguide (bilaga 3) med semistrukturerade öppna frågor av författarna. De fältnoteringar som gjordes under de två första intervjuerna användes sedan som underlag till följdfrågor och frågor i efterföljande intervjuer.

### ***Analys av data***

De transkriberade intervjuerna analyserades utifrån en kvalitativ innehållsanalys enligt Graneheim och Lundman (2004). Författarna läste var för sig igenom insamlad data upprepade gånger, identifierade meningsenheter och kondenserade dessa. Därefter diskuterades materialet och samstämmigheten visade sig vara god, där olikheter fanns diskuterades materialet ytterligare i relation till syftet. Det fortsatta analysarbetet genomfördes

genom att författarna kodade materialet tillsammans, exempel på koder var *Tidigare förströelse idag tanke bakom*, *Aktiviteten ett naturligt observationstillfälle*, *Erfarenhet och intresse styr aktivitetsval* och *Att finna glädje och flow*. Handledaren läste i denna fas det kondenserade och kodade materialet som författarna gjort från en av intervjuerna för att säkerställa samstämmighet och trovärdighet (Graneheim & Lundman, 2004). Koderna sorterades sedan enskilt av författarna innan de tillsammans jämförde dem och sammanförde dem till fyra preliminära kategorier, exempel på två av dessa var, *Synen på kreativa aktiviteter har förändrats*, *Arbets terapeutens intention och syfte med kreativa aktiviteter*.

Nästa steg i analysen var att analysera de skriftliga frågeställningarna. De 102 svaren delades inledningsvis upp mellan författarna. Därefter sorterade författarna, var för sig, ”sin del” utifrån likheter och skillnader vilket resulterade i att båda författarna identifierade fyra grupper av svar, dessa grupper av svar stämde väl överens mellan författarna. Efter diskussion mellan författarna framkom att tre av grupperna innehöll liknande svar och sammanfördes därför till en grupp. I denna grupp tog författarna var för sig, ut meningsenheter som därefter kodades av författarna tillsammans. Meningsenheterna bedömdes som korta och kärnfulla, därför uteslöts kondensering av dem. Den fjärde gruppen av skriftliga frågeställningar innehöll svar där klienterna var tveksamma till kreativa aktiviteter. Då olikheterna i svaren var stora togs meningsenheter ut och kondenserades enskilt av författarna därefter sammanförde författarna dem gemensamt till koder och slutligen resulterade detta analysarbete i två preliminära kategorier, *Positiva effekter av kreativa aktiviteter*, *Tveksamma till kreativa aktiviteter*.

I det fortsatta arbetet med analysen framkom att de fyra kategorierna som växt fram under analysen av intervjuerna hade sju underkategorier, exempel på två av dessa var, *Kan användas till observation*, *Kan användas för att lättare föra ett samtal*. Efter diskussion med handledaren bearbetades materialet ytterligare för att abstraheras och analysarbetet resulterade då i sex kategorier (Graneheim & Lundman, 2004). Exempel på två av kategorierna var, *Ett sätt att omsätta teori till praktik*, *Ett sätt att överföra kunskap till vardagliga aktiviteter*. Författarna beslutade sig för att redovisa resultatet av den skriftliga frågeställningen under samma kategorier som de fått fram i analysen av intervjuerna då materialet överensstämde väl med varandra. Under detta arbete växte ett övergripande tema fram; *Kreativa aktiviteter används som ett medel och ett mål inom arbetsterapi*. Efter ytterligare samtal med handledaren kände författarna att materialet utifrån temat kunde abstraheras ytterligare då

flera kategorier innehöll liknande resultat och de sex kategorierna bearbetades ytterligare och materialet resulterade i ett övergripande tema och tre kategorier, vilka presenteras i resultatet.

### ***Etiska reflektioner***

Kvale (1997) framhåller att hänsyn bör tas till vissa etiska aspekter och därför har vi säkerställt att data har hanterats så att inga obehöriga får tillgång till den. De besvarade frågeställningarna är anonyma då de aidentifierats på sjukhuset. De verksamma arbetsterapeuter som deltagit har informerats om att insamlad data endast kommer att hanteras av författarna samt handledare. De informerades också om att insamlad data kommer att förstöras efter att studien är godkänd och publicerad samt att det inte framgår på vilka enheter eller i vilken stad studien är gjord. Arbetsterapeuterna var också informerade om att deltagandet var frivilligt och kunde när som helst avbrytas

En etisk reflektion som författarna gjort är att genom att delta i intervjuerna kunde tankar väckas hos arbetsterapeuterna om hur de arbetar med sina klienter och om de arbetar på ett lämpligt sätt. Till exempel kunde frågor uppkomma som om interventionerna används i ett speciellt syfte eller bara för att så är brukligt vid en viss behandling. Samtidigt kunde, även en förståelse och medvetenhet väckas hos arbetsterapeuterna om de kreativa aktiviteternas förtjänster och det kan vara viktig kunskap som blir förtydligad för dem. Efter dessa etiska överväganden kom författarna fram till att nyttan med studien övervägde de negativa aspekterna och därför borde genomföras.

## **Resultat**

Resultatet av analysen visar på liknande erfarenheter av kreativa aktiviteter hos arbetsterapeuter och klienter. Under analysarbetet växte ett övergripande tema fram: *”Kreativa aktiviteter används som ett medel och ett mål inom arbetsterapi”*. Detta avspeglar hur kreativa aktiviteter används som ett medel i den arbetsterapeutiska behandlingen och bidrar till att nå uppsatta delmål genom att klienterna i utförande av kreativa aktiviteter kommer till insikt om sin kapacitet vilket sedan kan leda till att uppnå övergripande mål i rehabiliteringen. Under detta tema identifierades tre kategorier som beskriver arbetsterapeuters och klienters erfarenheter av kreativa aktiviteter; *”Ett medel som är avledande och underlättar samtal med klienten”*, återspeglar arbetsterapeuters erfarenheter att engagemang i kreativa aktiviteter kan vara ett medel som kan underlätta för klienterna att

prata om svåra saker och också locka fram svårfångad information som inte framkommer i en ordinär intervjusituation. ”Ett medel att observera och träna klienters aktivitetsförmåga”, beskriver arbetsterapeuters och klienters erfarenheter att kreativa aktiviteter kan vara ett naturligt sätt att träna funktionsförmåga och ett lämpligt medel för observation då klienterna upplever situationen som avslappnad och inte en tillrättalagd testsituation eller aktivitetsträning. ”Ett medel att hitta strategier som kan överföras till vardagliga aktiviteter”, belyser erfarenheter från både arbetsterapeuter och klienter om att när klienter tränar i en kreativ aktivitet ges möjlighet att finna nya strategier för korrekta arbetsställningar, ett lugnt arbetstempo samt förståelse för vikten av att ta paus och detta nya förhållningssätt kan sedan klienten återkoppla till en aktivitet i vardagen. Samtidigt beskriver några klienter att de kan ha svårigheter att överföra dessa aktiviteter till sin vardag.

### ***Kreativa aktiviteter används som ett medel och ett mål inom arbetsterapi***

Resultatet visar att de kreativa aktiviteterna kan vara ett medel som kan bidra till att både delmål och övergripande mål nås. Kreativa aktiviteter kan användas som ett medel för att föra ett spontant, djupare samtal där svårfångad information framkommer från klienten som har betydelse för hur fortsatt rehabilitering ska utformas för att nå målet. Kreativa aktiviteter kan också vara ett medel för funktionsträning och ett naturligt observationstillfälle för arbetsterapeuten, vilket kan underlätta vidare rehabilitering och måluppfyllelse. Klienterna upplever ofta aktiviteten som intressant och rolig, och de avleds från sina problem under utförandet av den kreativa aktiviteten. Arbetsterapeuterna beskriver att ett mål med rehabiliteringen är att klienten ska kunna överföra ett nytt förhållningssätt till sin vardag, vilket kan innebära att kreativa aktiviteter används som ett medel för att omsätta teori till praktik. Under den kreativa aktiviteten kan klienten träna strategier för att arbeta ergonomiskt och led- och energibesparande samt träna på att ta paus. Dessa strategier kan sedan överföras till ett nytt förhållningssätt som klienten återkopplar till vardagen vilket bidrar till att övergripande mål nås.

Arbetsterapeuternas erfarenhet är att ett mål kan vara att få uppleva livsglädje igen genom att få möjlighet att utföra meningsfulla aktiviteter. Några arbetsterapeuter beskriver att klienter ofta väljer bort sina fritidsintressen när de mår dåligt och tror att allt går ut på att hålla undan smärtan vilket också innebär att de väljer bort livsglädjen. Arbetsterapeuterna beskriver att när klienterna får uppleva engagemang och flow i kreativa aktiviteter kan de vara ett medel

för att få känna glädje en liten stund varje dag, vilket kan vara ett delmål för klienterna. Både arbetsterapeuters och klienters erfarenhet är att när miljön är lugn och trygg underlättas utförandet av kreativa aktiviteter, klienterna når ofta delmålet när de upptäcker att de kan skapa och slutföra ett föremål och det gör det möjligt för klienterna att upptäcka att de kan utföra meningsfulla aktiviteter och få uppleva livsglädje igen, vilket kan vara ett övergripande mål med rehabiliteringen.

Resultatet visar också att användandet av kreativa aktiviteter har minskat vilket resulterar i att möjligheten att använda kreativa aktiviteter som ett medel också har minskat. Det innebär att de vinster som klienter och arbetsterapeuter beskriver genom att använda kreativa aktiviteter som medel och mål uteblir. En av arbetsterapeuterna beskriver det så här: ”Arbetsterapi skulle vara ganska torftigt utan kreativa aktiviteter”.

### ***Ett medel som är avledande och underlättar samtal med klienten***

Denna kategori avspeglar arbetsterapeuters erfarenhet av att kreativa aktiviteter kan vara ett medel för att underlätta samtal med klienten. De beskriver till exempel att klienterna har lättare att prata om svåra saker under en aktivitet, samtalet blir mer spontant och naturligt än att sitta öga mot öga och samtala. Enligt arbetsterapeuternas erfarenhet kan detta bero på att det är ett roligt och stimulerande sätt att träna på för klienterna som också kan ge flow, vilket innebär att klienterna får skingra tankarna för en stund, de får känna glädje, lugn och ro och de avleds från sina upplevda problem för en stund. Många klienter beskriver de kreativa aktiviteterna som avslappnande, de avleder oroliga tankar och de ger dem något annat att tänka på. När klienterna upplever dessa känslor under aktiviteten och glömmer sina problem är arbetsterapeuternas erfarenheter att en viss relation, en mer avslappnad och mindre utlämnande kan uppstå, som kanske inte uppnås på annat sätt, då kan också oväntad, svårfångad och viktig information från klienten framkomma som har betydelse för vidare rehabilitering. Enligt arbetsterapeuterna är det av vikt att uppmärksamma den här betydelsefulla informationen som kommer spontant under aktiviteten. En av arbetsterapeuterna uttrycker sig så här;

*’Om klienten gör något annat till exempel sitter och syr, så kan man nå mycket mer om man pratar omkring saker för hon är upptagen med en aktivitet och det blir lite garden nere på något vis och det är lite närmare att småprata om andra saker och det kan slinka ur en lite spontan kommentar som jag kan fånga upp och nystare vidare kring’.*

Upplevelsen av flow påverkas av flera olika faktorer, en av dessa faktorer är miljön. Arbetsterapeuternas erfarenheter är att kreativa aktiviteter utförs i en trygg och kravlös miljö som klienterna uppskattar, vilket bidrar till att upplevelsen av flow infinner sig. Även klienterna beskriver att de uppskattar att den kreativa aktiviteten utförs i en lugn och trygg miljö som är avslappnande och att de då kan fokusera på något annat än sina problem för en stund. En andra faktor som enligt arbetsterapeuterna påverkar upplevelsen av flow är att aktiviteten bör vara lagom svår så klienterna kan känna att de klarar av att utföra den. Klienterna beskriver också att de genom att skapa föremål fick en insikt om att de hade en kapacitet de inte trodde sig ha, vilket gjorde att självförtroendet växte. Arbetsterapeuternas erfarenhet visar att det är viktigt att klienterna får lyckas i aktiviteten vilket sedan kan sporra dem till att nå de övergripande målen. Ett exempel kan vara att målet för en klient är att känna en glad tanke och eftersom klienten inte tänker på att det är träning utan något trevligt så uppnås ofta det målet. Deltagande i kreativa aktiviteter kan också ge klienterna möjlighet att utveckla nya intressen, som en av klienterna beskriver så här;

*'Att få möjlighet att prova på olika hantverksaktiviteter under professionell ledning blev mycket stimulerande för mig. Det är precis det som är så värdefullt med arbetsterapi, jag upptäckte att lusten fanns kvar någon annan stans än där den tidigare funnits och det ger arbetsterapin möjlighet att utforska, om tid ges och jag fick den tiden. Det går faktiskt att finna nya vägar inom sig, något som jag trodde var omöjligt. Arbetsterapin gjorde det möjligt för mig'.*

En av arbetsterapeuterna beskriver att klienter ofta väljer bort livskvalitet när de mår dåligt, de tror inte att de kan fortsätta med sina tidigare intressen utan livet går ut på att hålla undan smärtan. När klienterna deltar i kreativa aktiviteter och ser att de faktiskt kan färdigställa saker och dessutom göra det utan att tänka på sina problem tydliggörs för klienterna att livet går ut på annat än att hålla undan smärtan och de kan känna att det finns möjlighet att återfå livskvaliteten igen.

### ***Ett medel att observera och träna klienters funktionsförmåga***

Denna kategori avspeglar arbetsterapeuternas erfarenheter av hur kreativa aktiviteter kan vara ett medel för att observera klienter i aktivitet samt ett medel för klienten att träna funktionsförmåga. Flera arbetsterapeuter beskriver att de kreativa aktiviteterna används som ett medel för att träna olika färdigheter, de kan till exempel användas för att träna svaga



händer och kan också vara ett medel för att få ovilliga klienter att träna. Arbetsterapeuternas erfarenhet är att de kreativa aktiviteterna kan göra funktionsträningen både rolig och stimulerande, klienterna tänker inte på att det är träning, de blir positiva och sporrar varandra vilket är bra för motivation och vidare rehabilitering. Arbetsterapeuternas erfarenhet är dock att användandet av kreativa aktiviteter har minskat. Det kan enligt dem bero på att utbildningen ser annorlunda ut idag, tidigare lärdes olika tekniker ut under utbildningen och kreativa aktiviteter var en naturlig del inom arbetsterapi, när de används idag görs det med ett mer uttalat syfte. Arbetsterapeuterna beskriver fördelar med att se klienterna i en aktivitet som är kravlös och intresserar dem och när de upplever de kreativa aktiviteterna på det sättet upplevs träningen som rolig vilket ger arbetsterapeuten möjlighet att i en naturlig situation observera klientens färdigheter och eventuella svårigheter. En av arbetsterapeuterna uttrycker sig så här;

*'Man kan också hitta olika situationer där man ser hur de reagerar, vad som är svårigheten, och då har man ju möjlighet att se det på ett väldigt bra sätt, i problemlösningen, utan att de kanske tänker på att det är en utsatt testsituation, man kan observera under tiden de håller på och samtidigt är det något positivt'.*

Flera arbetsterapeuter menar att miljön har stor betydelse för den kreativa aktiviteten och om det inte finns tillgång till kreativa aktiviteter i den miljö som rehabiliteringen bedrivs, då minskar möjligheten för klienten att träna i aktiviteter som intresserar dem och möjligheten för arbetsterapeuter att kunna observera klienten i dessa aktiviteter försvinner. Arbetsterapeuternas erfarenheter är dock att utbudet av kreativa aktiviteter oftast är tillräckligt, men flera upplever att utbudet är begränsat för män. En ung klient, till exempel, beskrev att han inte var intresserad av kreativa aktiviteter och saknade alternativ till dessa. Arbetsterapeuternas erfarenheter är att de aktiviteter som finns behöver utvecklas ytterligare för att också passa dagens och framtidens klienter och några beskriver att de arbetar med data- och TV-spel och de fortsätter att vidareutveckla detta. Minskning av utbudet kan vara en brist, enligt flera arbetsterapeuters beskrivningar, då köket inte alltid är tillräckligt för att göra en observation i aktivitet, klienterna kanske inte är intresserade av matlagning eller bakning och den kan också upplevas som en övervakad och kontrollerande situation, då kan kreativa aktiviteter, som intresserar klienten, vara ett alternativ att erbjuda. En av arbetsterapeuterna förklarade fördelen med att träna i kreativa aktiviteter i jämförelse med traditionell funktionsträning på följande sätt;

*'Man kan få dem att göra saker, det kanske är en klient som inte vill vara i köket eller tycker det är tråkigt med handträning men som man ändå kan få att använda händerna med hjälp av kreativa aktiviteten'.*

Enligt arbetsterapeuterna är att grunden för att välja en lämplig aktivitet till klienten att träna i, att ta reda på vad klienten vill för att den kreativa aktiviteten ska fungera som ett medel för träning och bedömning. Arbetsterapeuternas erfarenheter visar att det är viktigt att genom samtal lära känna klientens personlighet, bakgrund och intresse. Hänsyn tas även till klienternas färdigheter och funktionsnedsättningar när en lämplig kreativ aktivitet ska väljas. En av arbetsterapeuterna beskriver det på följande sätt;

*'Det är ju grunden med arbetsterapi att hitta hur jag ska locka ur klienten vad han/hon vill. Så intervjun och historiken med klienten, som jag tjuvar om, tycker jag är viktig, att lära känna vad det är för person, och det gör vi ju i utredningen, det är det som hjälper mig att styra vad det kan bli'.*

Ett exempel på hur arbetsterapeuterna använder kreativa aktiviteter som ett medel för observation kan vara att klienterna deltar i en gruppaktivitet vilket ger arbetsterapeuten tillfälle att se hur klienten fungerar i grupp och interagerar med andra, det är också ett tillfälle att använda kreativa gruppaktiviteter som ett medel för klienterna att träna på att fungera i grupp och ta hänsyn till andra. Några arbetsterapeuters erfarenhet visar att andra yrkeskategorier efterfrågar bedömningar i aktivitet, då de inte har detta medel i sin profession, och de menar att dessa bedömningar kan ge en mer komplex bild av klientens problem. Om klienten fokuserar på den kreativa aktiviteten istället för sina svårigheter och aktiviteten utförs i en avslappnad miljö kan den bidra till en mer trovärdig bedömning. Flera klienter beskriver att arbetsinstruktörerna är mycket kunniga och bidrar till att miljön upplevs som trygg och kravlös vilket är viktigt för att träna aktivitetsutförande. Flera arbetsterapeuters erfarenhet är att det är viktigt med tydliga roller när kreativa aktiviteter används som ett medel för observation och träning i aktivitet. De beskriver att arbetsterapeutens roll är att bedöma själva utförandet av aktiviteten och arbetsinstruktörerna ansvarar för de olika teknikerna inom aktiviteten vilket gör att arbetsterapeuterna kan koncentrera sig på att identifiera klientens färdigheter och eventuella svårigheter. Både arbetsterapeuternas och klienternas erfarenheter är att arbetsinstruktörernas roll har stor betydelse och är mycket viktig för de kreativa aktiviteternas utförande.

### ***Ett medel att hitta strategier som kan överföras till vardagliga aktiviteter***

Denna kategori avspeglar hur kreativa aktiviteter kan vara ett medel för klienterna att hitta strategier som kan hjälpa dem att hantera eventuella svårigheter i utförande av en aktivitet, dessa strategier kan de sedan överföra till vardagliga aktiviteter. Flera arbetsterapeuters erfarenhet är att träning i kreativa aktiviteter kan vara ett medel för klienten att få omsätta teori till praktik. Arbetsterapeuterna beskriver att klienterna kan tillämpa det de lärt sig om ergonomi, energi- och ledbesparande arbetssätt, träna på att ta paus och hantera eventuell stress och smärta, under den kreativa aktiviteten och på så sätt hitta strategier till dessa problem. Flera klienter beskriver att de i aktiviteterna ges möjlighet att till exempel träna rörlighet, koordination och arbetsställningar samt öva på att ta paus. En av arbetsterapeuterna beskrev att det kan vara lättare för klienterna att känna skillnaden i till exempel tyngdöverföring, när de står vid exempelvis snickarbänken eller vid något annat bord och arbetar, eller att träna på att ta paus mitt i en engagerande aktivitet genom att använda en timer. Detta är något som flera klienter beskriver som positivt med kreativa aktiviteter och en klient uttrycker sig på följande sätt;

*'Jag tycker att de kreativa aktiviteterna har varit mycket bra och nyttiga i smärthanteringsperspektiv. Ni/arbetsterapeuter och arbetsinstruktörer har på ett bra sätt korrigerat arbetstempo, arbetsställningar och gett oss utrymme att själva upptäcka vad vi gjort för fel. Jag kommer att ha mycket nytta av det i framtiden'.*

Arbetsterapeuternas erfarenhet är dock att inte alla klienter är intresserade av att prova kreativa aktiviteter vilket då gör det svårt att använda de kreativa aktiviteterna som ett medel för att hitta strategier som fungerar. Kreativa aktiviteter kan ge negativa känslor som frustration när utförandet inte blir vad klienten vill och det finns därför en del klienter som är mer tveksamma till aktiviteterna. Någon klient beskriver att aktiviteterna är ”mer koncentration på pyssel än på terapi” och någon upplevde dem som ”föråldrade”. Några arbetsterapeuter beskriver också att klientens ekonomi i vissa fall kan vara en bidragande orsak till att klienter ibland inte vill delta i en kreativ aktivitet, då materialet köps till ett självkostnadspris. Några av arbetsterapeuterna beskriver att de, om klienten är negativt inställd, använder sig av ett annat förhållningssätt för att stödja klienten i rehabiliteringen. De förklarar syftet tydligt för klienten, att det handlar om att hitta nya strategier och att de kreativa aktiviteterna kan vara ett bra medel för att träna ergonomi, de ger en möjlighet att få

prova praktiskt i aktivitet och arbetsterapeuten förmedlar att det inte handlar om själva aktiviteten. En av arbetsterapeuterna förklarar det på följande sätt;

*'Du behöver inte tycka att det är roligt men du kanske kan ställa upp på att träna hur det är att jobba med paus, att tänka på ergonomi och uppgiften i sig behöver inte engagera dig'.*

Arbetsterapeuternas erfarenheter avspeglar att de kommer längre i rehabiliteringen om klienterna får prova praktiskt, vilket leder till en ökad förståelse hos dem och deras erfarenhet är att det då är lättare för klienterna att ta till sig nya strategier och ett nytt förhållningssätt. Den nya förståelsen som väcks hos klienterna kan sedan användas som underlag till vidare diskussioner och behandling under rehabiliteringen. Arbetsterapeuterna beskriver att när en klient har framgång i en kreativ aktivitet kan det överföras till en annan aktivitet, detta är en strategi som ofta fungerar menar arbetsterapeuterna, vissa klienter återkopplar direkt det nya förhållningssättet till en aktivitet i hemmet. En av arbetsterapeuterna uttrycker det på följande sätt;

*'Klienter pratar i aktiviteten. När man går runt och pratar med dem så kommer de ju på saker och säger, vet du nu när jag står här så kommer jag på att det där har jag ju hemma också. Sedan dagen efter eller en vecka senare så kan de komma och säga, men du, vet du, jag flyttade upp den där strömbrytaren för jag har ju kommit på att den satt ju jättetokigt hemma när jag jämför med hur det fungerar här, eller, nu när jag har stått så här länge så kommer jag ihåg att tänka på det hemma också, det här med att använda en timer. Så det blir ju ofta att det blir en återkoppling direkt, att när de står i aktiviteten så kopplar de till hur de gjorde hemma'.*

Arbetsterapeuternas erfarenhet är att möjligheten att träna på olika strategier för att anpassa sig till nya förhållningssätt underlättas i en kreativ aktivitet. Några arbetsterapeuter menar dock att det är svårt att säga om det alltid är just de kreativa aktiviteterna som gör att klienterna kan utveckla nya strategier. En klient menar att det var svårt att överföra dessa aktiviteter till sin vardag och hade föredragit att arbeta mer vid en dator och fått råd och stöd där. Rehabiliteringen innehåller olika delar som alla bidrar till att klienterna ska nå sina mål, men av arbetsterapeuternas beskrivningar framkommer att möjligheten att använda kreativa aktiviteter som ett medel i rehabiliteringen kan bidra till att anamma nya förhållningssätt.

## Diskussion

Syftet med denna studie var att beskriva de erfarenheter som arbetsterapeuter och långvarigt sjuka klienter har av kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi. Resultatet av studien kan bidra till en ökad förståelse för vinsten med att använda kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi då den belyser erfarenheter av olika interventioner där kreativa aktiviteter kan användas som medel och mål för att nå längre i en rehabilitering. Resultatet i denna studie visar hur kreativa aktiviteter upplevs och vilka positiva effekter de kan ge till långvarigt sjuka klienter, vilket bekräftas i flera studier (La Cour, et al. 2007; Lloyd, et al. 2007; Reynolds, et al. 2008). Det framkom i resultatet att kreativa aktiviteter kan användas som ett medel för att hitta strategier som sedan kan överföras till vardagen, de kan också användas för att underlätta samtal med klienter om deras svårigheter och för att träna funktionsförmåga samt för att i en naturlig situation observera klienterna i aktivitet. Hur dessa medel sedan kan användas för att nå övergripande mål i rehabiliteringen belyser författarna vidare i diskussionen.

Resultatet visar att kreativa aktiviteter kan användas som medel för klienter att hitta nya strategier som kan stödja dem att tillämpa ergonomiskt arbetssätt och hantera eventuella svårigheter, som till exempel upplevd stress och smärta, och genom dessa strategier lättare anpassa sig till nya förhållningssätt som de kan överföra till vardagen. Att hitta nya förhållningssätt som underlättar aktivitet i vardagen är ofta ett övergripande mål i rehabiliteringen. Det framkom i resultatet av studien att det underlättar för klienterna att ta till sig dessa strategier när de får prova praktiskt i en aktivitet. Flera studier (La Cour, et al. 2007; Lloyd, et al. 2007; Reynolds, et al. 2008) visar att engagemang i kreativa aktiviteter utvecklade förmågor, som till exempel problemlösning och ökat självförtroende vilka sedan kunde överföras till andra situationer i livet. Även tidigare forskning (Schmid, 2004) visar att kreativa aktiviteter, inom arbetsterapi kan handla om problemlösning, anpassning och förändring. Den aktuella studiens resultat visar dock att en del klienter är tveksamma till kreativa aktiviteter och att aktiviteterna också kan ge negativa känslor, klienter kan bli frustrerade när utförandet inte blir som de tänkt sig, och författarna menar att de kreativa aktiviteterna bör anpassas och utvecklas till klienters nuvarande och framtida behov. Flera tankar om kreativitet och dess betydelse väcktes hos författarna under arbetets gång som, till vilka klientgrupper de kreativa aktiviteterna bör användas och inom vilka rehabiliteringsverksamheter de är mest lämpade för. Detta innebär att mer forskning behövs

inom ämnet vilket överensstämmer med resultat från tidigare forskning (La Cour, et al, 2005) där det framkom att dessa frågor bör belysas mer. En slutsats författarna drar är att denna studie visar på flera positiva effekter av att använda kreativa aktiviteter som intervention till klienter med smärtproblematik och hjärnskador. En annan tanke som väcktes hos författarna är kreativitetens betydelse i dagens arbetsliv. Företag ställs inför problem som ska lösas och de söker personal som är kreativ, nytänkande och förändringsvillig (Martin, 2000). Då det övergripande målet för många klienter som deltar i en rehabilitering är att återgå till ett arbete eller åter komma ut på arbetsmarknaden, tror författarna att uppmuntran till kreativitet i rehabiliteringsarbetet kan få betydelse för måluppfyllelsen. Med tanke på vad denna studie och tidigare studier (La Cour, et al. 2007; Lloyd, et al. 2007; Reynolds, et al. 2008; Schmid, 2004) visar, att kreativa aktiviteter kan ha en inverkan när det gäller att lära sig våga ta risker, lösa problem, anpassa och förändra samtidigt som de ger ett ökat självförtroende och välbefinnande, menar författarna att dessa aktiviteter kan ha betydelse för fortsatt rehabilitering mot arbetslivet.

Studien speglar hur kreativa aktiviteter kan användas som ett medel för att göra samtalet mellan arbetsterapeut och klient mer avslappnat. När klienterna är engagerade i en kreativ aktivitet framkom i resultatet att de ofta har lättare att samtala om svåra saker vilket bidrar till att svårfångad information som kan ha betydelse för vidare rehabilitering kan framkomma och som kan bidra till att delmål och övergripande mål nås. Schmid (2005) beskriver fördelar med att använda kreativa aktiviteter som terapeutiskt medel, hur dessa aktiviteter avdramatiserar rehabiliteringen genom att klienter får uttrycka sig utan att behöva använda språket vilket kan leda till spontanitet. Den aktuella studiens resultat visar att när kreativa aktiviteter används som medel är det viktigt att aktiviteten är lagom svår vilket kan ge klienterna möjlighet att lyckas. Den kreativa aktiviteten kan då bidra till att klienterna får insikt om att de har kapacitet att utföra olika aktiviteter och det tydliggörs för dem att det finns möjlighet att uppleva den livsglädje de trodde var förlorad. Tidigare forskning visar att det är viktigt med balans mellan färdighet och utmaning i aktiviteten för att nå upplevelsen av välmående och arbetsterapeuten bör ha rätt kunskap för att välja lämplig aktivitet till klienten (Griffiths, 2008). I arbetsterapeutisk teori (Kielhofner, 2008) beskrivs detta som att aktiviteter ställer krav på färdighet eller kapacitet hos den som ska utföra aktiviteten och den kapacitet en person har kan vara hindrande eller stödjande beroende på om aktivitetens krav stämmer överens med färdigheterna. Även Csikszentmihalyi (1990) belyser att upplevelsen av flow är beroende av att aktiviteten är lagom utmanande och den bör inte vara för lätt eller för svår. I

resultatet framkom att när klienterna lyckas i en aktivitet bidrar detta till ökad självförtroende vilket i sin tur kan leda till måluppfyllelse och möjlighet att nå längre i rehabiliteringen, detta överensstämmer med tidigare studier av Griffiths (2008), La Cour, et al. (2007), Lloyd, et al. (2007) och Reynolds, et al. (2008) vilka visar att deltagande i kreativa aktiviteter ger ett engagemang som leder till ett välmående såsom upplevelsen av flow samt ett ökat självförtroende. Författarna anser att det engagemang klienter upplever i kreativa aktiviteter och de positiva effekter detta engagemang har på rehabiliteringen kan vara implikationer för att fortsatt använda kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi.

Resultatet av studien visar att kreativa aktiviteter också kan användas som ett medel för funktionsträning och för att ge möjlighet till ett naturligt observationstillfälle. När klienterna utövar en kreativ aktivitet som de upplever meningsfull är de ofta så koncentrerade på aktiviteten att de inte upplever den som träning vilket underlättar för arbetsterapeuten att identifiera eventuella svårigheter. Resultatet visar att för att uppnå delmål och övergripande mål i rehabiliteringen är det viktigt att välja en aktivitet som intresserar klienten. I resultatet av studien framkom också likheter mellan arbetsterapeuternas och klienternas erfarenheter när det handlade om miljöns betydelse och att de kreativa aktiviteterna utövades i en miljö som var lugn och trygg. Även tidigare forskning (Reynolds & Prior, 2006; Griffiths, 2008) visar vikten av en lugn, trygg, stimulerande och inspirerande miljö att utföra aktiviteterna i, vilken underlättade utövandet. Annan forskning (La Cour, et al. 2005) visar att miljön i verkstäderna skänkte frihet och stöd och var en av de viktigaste anledningarna till att våga engagera sig i kreativa aktiviteter. Enligt Kielhofner (2008) kan miljön både vara ett stöd eller ett hinder för utövandet av en aktivitet och Schmidt (2004) menar att verksam kreativitet inte kan vara möjlig om miljön inte är stödjande. I den omgivande miljön, under de kreativa aktiviteterna, fanns också arbetsinstruktörerna, vars roll beskrivs i resultatet av klienter och arbetsterapeuter som mycket viktig. Resultatet visar att tydlighet kring olika roller är viktigt för att användandet av kreativa aktiviteter ska bli effektivt, arbetsinstruktörerna ansvarar för de olika teknikerna inom aktiviteten och arbetsterapeuten ansvarar för bedömning av utförandet. Författarna reflekterade under analysen av resultatet över att kreativa aktiviteter används som funktionsträning, när utbildningen och inriktningen i yrket är aktivitetsfokuserad. En tanke som väcktes är att genom att använda kreativa aktiviteter som funktionsträning i rehabiliteringen kan även andra delar i behandlingen underlättas, kanske andra professioner kan använda sig av kreativa aktiviteter för att göra specifik funktionsträning mer lustfylld. Betydelsen av meningsfulla aktiviteter i vardagen som också ökar motivationen är viktiga

värderingar inom arbetsterapi (American Occupational Therapy Association [AOTA], 2008; Canadian Association of Occupational Therapists [CAOT], 2002; Kielhofner, 2008), och om den kreativa aktiviteten är meningsfull för klienten, menar författarna att de kreativa aktiviteterna också kan användas till funktionsträning.

Resultatet speglar arbetsterapeuters erfarenhet att användandet av kreativa aktiviteter har minskat vilket kan bero på att utbildningen ser annorlunda ut idag. Thompson och Blair (1998) menar att en nackdel inom arbetsterapi är att professionen inte har någon egen referensram för kreativa aktiviteter och på vilket sätt de kan användas för att underlätta rehabiliteringen, utan tar stöd i den psykodynamiska referensramen. Detta menar författarna kan vara en anledning till att användandet av kreativa aktiviteter minskat och att utbildningen förändrats. Schmid (2004) rekommenderar att den arbetsterapeutiska professionen undersöker och utvecklar ett teoretiskt ramverk för kreativa aktiviteter, hon skriver dock att kreativitet är ett svårt ämne att forska i då det finns lite litteratur i ämnet inom arbetsterapi. Schmidt menar vidare att avsaknad av litteratur om kreativitet inom arbetsterapiyrket är att förneka sin egen historia och att det vore betydelsefullt att anta ett mer grundat perspektiv och språk för kreativitet inom arbetsterapeutisk verksamhet. Författarna till denna studie upplever också detta som en brist, därför skulle vidare forskning inom ämnet kunna ge värdefullt stöd i användandet av kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi. Författarna har under sitt arbete med studien identifierat flera fördelar med att använda kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi och enligt Griffith och Corr (2007) har kreativa aktiviteter en lång historia inom arbetsterapi, men tidigare var de mer en form av sysselsättningsterapi. Det framkom i resultatet av studien att när kreativa aktiviteter används som intervention idag görs det med ett uttalat syfte för att nå delmål och övergripande mål i rehabiliteringen. En slutsats författarna drar är att när kreativa aktiviteter används på det sättet uppnås resultat i behandlingen som är till fördel för både arbetsterapeuter och klienter.

## **Konklusion**

En slutsats som kan dras av studiens resultat är att studien bidrar med ökad kunskap om hur kreativa aktiviteter kan användas som ett medel och ett mål i arbetsterapeutisk intervention. Kreativa aktiviteter är ofta något som klienterna upplever som roligt och engagerande, vilket ger en upplevelse av välmående och gör att självförtroendet ökar. Dessa positiva upplevelser kan göra kreativa aktiviteter lämpliga att använda som medel för att nå uppsatta mål. När



klienterna får prova praktiskt i aktivitet ges möjlighet att hitta nya strategier som kan handla om problemlösning, anpassning samt förändring och dessa nya strategier kan sedan överföras till vardagliga aktiviteter. De positiva upplevelserna under aktiviteten kan distrahera klienten och bidra till att svårfångad information framkommer och det blir också ett naturligt observationstillfälle som kan vara av betydelse för fortsatt rehabilitering. Betydelsen av meningsfulla aktiviteter i vardagen är grundläggande värderingar inom arbetsterapi och de positiva upplevelser och känsla av meningsfullhet som kreativa aktiviteter ger gör att de också kan användas till funktionsträning. Författarna anser att detta är implikationer för att fortsätta använda kreativa aktiviteter som intervention inom arbetsterapi, men en tydlig referensram med ett mer grundlagt perspektiv och språk för vad som är kreativitet saknas, och utbudet av kreativa aktiviteter bör anpassas och utvecklas till klienters nuvarande och framtida behov. Därför är vidare studier och forskning inom detta område av värde, till exempel som, till vilka klientgrupper och inom vilka rehabiliteringsverksamheter kreativa aktiviteter är lämpliga.

## **Metoddiskussion**

Författarna har valt att arbeta utifrån tre kvalitetskriterier med begreppen pålitlighet, tillförlitlighet, och överförbarhet för att diskutera studiens trovärdighet (Graneheim & Lundman, 2004; Holloway & Wheeler, 2002).

Författarna anser att materialet är relativt omfattande, sex intervjuer och 102 svar på frågeställningen som svarar mot syftet, dock har bara arbetsterapeuter och klienter från två avdelningar på ett sjukhus tillfrågats. Något som kan ha stärkt studiens pålitlighet är att ett ändamålsenligt urval gjorts för att uppnå studiens syfte (Holloway & Wheeler, 2002), då de intervjuade arbetsterapeuterna använde sig av kreativa aktiviteter som intervention och klienterna hade deltagit i kreativa aktiviteter, där arbetsterapeuterna var verksamma, samt svarat på den skriftliga frågeställning som användes som utvärderingsmaterial. Pålitligheten bör också stärkas av att både kvinnor och män i varierande åldrar (21-68 år) svarat på frågeställningen. Insamlad data analyserades utifrån likheter och skillnader, abstraherades och täcktes in under tema och kategorier, både positiva och negativa erfarenheter har redovisats i studien och ingen data har lämnats utanför, vilket bör ha bidragit till att stärka studiens pålitlighet (Graneheim & Lundman, 2004).

För att stärka tillförlitligheten gjordes de två första intervjuerna av en av författarna med den andra författaren som observatör, för att säkerställa att liknande frågor och följdfrågor ställdes i efterföljande intervjuer. En begränsning i intervjuarbetet kan vara att inga pilotintervjuer gjorts då underlaget av arbetsterapeuter som regelbundet använder kreativa aktiviteter som intervention var begränsat samt att författarna inte har så stor vana att intervjua vilket kan innebära att de inte följde upp allt i arbetsterapeuternas svar. En aspekt är också att författarna endast träffat arbetsterapeuterna en gång vilket kan ha påverkat resultatet och ett mer omfattande resultat kunde kanske ha erhållits om en andra intervju gjorts. Material har analyserats utifrån en latent kvalitativ innehållsanalys med inspiration av Graneheim och Lundman (2004), vilket författarna anser gav en bra uppbyggnad och vägledning i analysarbetet och bör ha stärkt tillförlitligheten. Författarna har enskilt läst materialet upprepade gånger och tagit ut meningsbärande enheter och tillsammans jämfört likheter och skillnader, diskuterat och kodat materialet vilket lett till reflektion över materialets innehåll och har bidragit till att stärka tillförlitligheten. Diskussioner har också förts med handledaren angående analysarbete och samstämmighet vilket bör ha stärkt resultatets pålitlighet och tillförlitlighet. Analysprocessen har beskrivits så noggrant som möjligt för att studien ska kunna upprepas och detta bör stärka tillförlitligheten och för att stärka pålitlighet och tillförlitlighet har författarna valt att i resultatet presentera valda citat av arbetsterapeuter och klienter (Graneheim & Lundman, 2004; Holloway & Wheeler, 2002).

Studiens resultat kan inte generaliseras då det ger en förståelse för erfarenheter från några arbetsterapeuter som är verksamma och klienter som behandlats på ett sjukhus i Sverige. Det finns dock en överförbarhet till liknande situationer, personer och kontext (Graneheim & Lundman, 2004; Holloway & Wheeler, 2002).

## **Tillkännagivande**

Vi vill rikta ett tack till de arbetsterapeuter som låtit oss intervjua dem samt till de arbetsterapeuter som uppmuntrade oss och gav oss tillåtelse att använda de skriftliga frågeställningarna som underlag till examensarbetet. Till vår handledare Gunilla Isaksson, universitetslektor vid Luleå tekniska universitet, vill vi rikta ett särskilt tack för givande diskussioner och kommentarer som inspirerat oss och givit oss nya infallsvinklar och idéer under arbetets gång.

## Referenslista

- American Occupational Therapy Association [AOTA]. (2008). Occupational therapy practice framework: Domain and process (2<sup>nd</sup> ed). *American Journal of Occupational Therapy*, 62(6), 625-683.
- Canadian Association of Occupational Therapists [CAOT]. (2002). *Enabling occupation: An occupational therapy perspective*. Ottawa, ON: CAOT Publications ACE.
- Cynkin, S., & Robinson A. (1990). *Occupational therapy and activities: towards health through activities*. Boston: Little Brown.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow. Den optimala upplevelsens psykologi*. (2:a upplagan). Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur.
- Engel, J. M. (2003). Pain management. I E. Blesdell Crepeau, E. Cohn & B. Boyt Schell (Red.er), *Willard and Spackmans Occupational Therapy* (10<sup>th</sup> ed) (s.634-635). Philadelphia: Lippincott.
- Giles, G. M. (2003). Stress management. I E. Blesdell Crepeau, E. Cohn & B. Boyt Schell (Red.er), *Willard and Spackmans Occupational Therapy* (10<sup>th</sup> ed) (s.635-642). Philadelphia: Lippincott.
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24, 105-112.
- Griffiths, S. (2008). The experience of creative activity as a treatment medium. *Journal of Mental Health*, 17(1): 49-63.
- Griffiths, S., & Corr, S. (2007). The use of creative activities with people with mental health problems: a survey of occupational therapists. *British Journal of Occupational Therapy*, 70(3), 107-114.
- Holloway, I., & Wheeler, S. (2002). *Qualitative research in nursing*. London: Blackwell Science Ltd.
- Höök, O. (1979). Arbetsterapi och sjukgymnastik i Sverige. En historisk återblick. *Socialmedicinsk tidskrift*, 56:årg., häfte 9, 504-510.
- Kielhofner, G. (2008). *A model of human occupation: Theory and application*. (4<sup>th</sup> ed). Baltimore: Williams & Wilkins.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- La Cour, K., Josephsson, S., & Luborsky, M. (2005). Creating connections to life during life-threatening illness: Creative activity experienced by elderly people and occupational therapists. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 12, 98-109.

- La Cour, K., Josephsson, S., Thiselman, C., & Nygård, L. (2007). Experiences of engagement in creative activity at a palliative care facility. *Palliative and Supportive Care*, 5, 241-250.
- Landstinget i Uppsala Län (2008). Landstingets folkhälsoarbete. Hur mår länsinvånare? Långvarigsjukdom. Hämtad januari 29, 2010, från [http://www.lul.se/templates/page\\_\\_\\_4457.aspx](http://www.lul.se/templates/page___4457.aspx)
- Lloyd, C., Ren Wong, S., & Petchkovsky, L. (2007). Art and recovery in mental health: a qualitative investigation. *British Journal of Occupational Therapy*, 70(5), 207-214.
- Martin, J. N. T. (2000). *Managing problems creatively: Creativity, innovation and change*. Glasgow: Bath Colourbooks.
- Persson, D. (1996). Play and flow in an activity group – a case study of creative occupations with chronic pain patients. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 3, 33-42.
- Persson, D., Eklund, M., & Isacson, Å. (1999). The experience of everyday occupations and its relation to sense of coherence. A methodological study. *Journal of Occupational Science*, 6, 13-26.
- Reynolds, F., Vivat, B., & Prior, S. (2008). Women's experiences of increasing subjective well-being in CFS/ME through leisure-based arts and crafts activities: a qualitative study. *Disability and Rehabilitation*, 30 (17), 1279-1288.
- Reynolds, F., & Prior, S. (2006). Creative adventures and flow in art-making: a qualitative study of women living with cancer. *British Journal of Occupational Therapy*, 6, 255-262.
- Schmid, T. (2005). *Promoting health through creativity. For professionals in health, arts and education*. London: Whurr Publishers Ltd.
- Schmid, T. (2004). Meanings of creativity within occupational therapy practice. *Australian Occupational Therapy Journal*, 51, 80-88.
- Thompson, M., & Blair, S. E. E. (1998). Creative arts in occupational therapy: Ancient history or contemporary practice? *Occupational Therapy International*, 5(1), 48-64.
- Thulin, K. (2007). *Alla dessa rum. Om skapande, rörelse, lek och dans*. Stockholm: Carlsson.
- Ward, J. D. (2003). Adults with mental illness. I E. Blesdell Crepeau, E. Cohn & B. Boyt Schell (Red.er), *Willard and Spackmans Occupational Therapy* (10<sup>th</sup> ed) (s.835-859). Philadelphia: Lippincott.
- Williams, P. D. (1997). Siblings and pediatric chronic illness: a review of the literature. *International Journal of Nursing Studies*, 34, 312-323.

### Vad tycker du om aktiviteterna?

Arbetsterapi och skapande aktiviteter är ett medel i behandlingen och det är viktigt för oss att veta hur du uppfattar aktiviteterna. Därför genomför vi nu denna enkätundersökning. Ditt deltagande är helt frivilligt och du svarar anonymt. När du besvarat enkäten kan du lämna den i svarslådan på arbetsterapin.

Vi är tacksamma om du vill medverka!

---

Jag är man    kvinna    och är .....år gammal.

Kan du berätta med egna ord hur det är att arbeta med skapande aktiviteter på arbetsterapin.

---

Fortsätt gärna att skriva på nästa sida!

2010-02-08

## Information och förfrågan om medverkan i forskningsprojekt

Inom arbetsterapi har synen på kreativa aktiviteter förändrats över tid, från att ha varit en stor del av arbetsterapi ägnas idag dessa aktiviteter allt mindre tid. Tidigare studier visar samtidigt att kreativa aktiviteter som behandlingsform kan ha en positiv inverkan på klienter som utövar dessa, men forskning i ämnet är begränsad och mer kunskap behövs om hur aktiviteterna kan användas som intervention till klienterna. Syftet med denna studie är att beskriva varför arbetsterapeuter använder kreativa aktiviteter till klienter med långvarig sjukdom och om detta motsvarar klienternas erfarenheter av att delta i kreativa aktiviteter.

Författarna till projektet har under sina studier till arbetsterapeut vid den verksamhetsförlagda utbildningen kommit i kontakt med kreativa aktiviteter. Ett intresse för hur dessa kreativa aktiviteter kan användas och hur de påverkar klienter växte fram. Genom en av våra praktikplatser har vi fått tillgång till ett utvärderingsformulär där klienter som deltagit i kreativa aktiviteter beskriver sina erfarenheter av dessa. Nu vänder vi oss till dig för att vi vill utvidga denna studie och även få arbetsterapeuters perspektiv på varför kreativa aktiviteter används som intervention.

För att samla in data vill vi intervjua dig på en plats som passar dig. Intervjun beräknas ta ca 30 minuter och spelas in. Det är endast vi och vår handledare som kommer att ha tillgång till insamlad data och ingen identitet kommer att finnas på inspelningar eller använda formulär. Data hanteras så att inga obehöriga kan få tillgång till den. Resultatet presenteras på ett sådant sätt att ingen individ skall kunna identifieras. Deltagandet i studien är frivilligt och du kan när som helst avbryta din medverkan utan att behöva ange något skäl till detta. En vecka efter att du fått denna förfrågan kommer vi att kontakta dig via telefon för att höra om du är intresserad av att delta.

Vi som genomför studien är två arbetsterapeutstudenter som läser termin sex på Luleå tekniska universitet och studien är ett examensarbete i arbetsterapi. Den färdiga studien kommer att publiceras och finnas tillgänglig via Luleå tekniska universitets hemsida <http://epubl.ltu.se>. Vid eventuella frågor ring eller mejla oss gärna.

Vi ser fram emot att få träffa dig!

Marie-Louise Jodén  
Tel. 070/9615815  
[marjod@student.ltu.se](mailto:marjod@student.ltu.se)

Johanna Ledin-Åberg  
Tel. 076/8109780  
[johled-7@student.ltu.se](mailto:johled-7@student.ltu.se)

Handledare: Gunilla Isaksson, universitetslektor  
Tel. 0920-49 20 00

## Intervjuguide

1. Hur tycker du att användandet av kreativa aktiviteter inom arbetsterapi har förändrats över tid?
2. Berätta om dina erfarenheter av att använda kreativa aktiviteter som intervention.
3. Varför använder du kreativa aktiviteter som intervention till dina klienter.  
Följdfråga: Varför tycker du att det är en fördel att använda dessa?
4. Hur tänker du när du planerar en intervention med kreativa aktiviteter?  
Följdfråga: Deltar du i aktiviteten eller sitter du vid sidan om och observerar. Kan du använda kreativa aktiviteter för att nå klienten?
5. Beskriv hur du går tillväga när du väljer en lämplig kreativ aktivitet.  
Följdfråga: Vad är det som styr? Klientens intresse/ förmåga/kön?  
Följdfråga: Vad anser du om utbudet, är det tillräckligt?
6. Vilka erfarenheter har du av hur klienter upplever att delta i kreativa aktiviteter?
7. Vilka erfarenheter har du av hur väl klienter som deltagit i kreativa aktiviteter uppnått de uppsatta målen?  
Följdfråga: Hjälper kreativa aktiviteter klienterna att uppnå målen, är de ett bra verktyg i behandlingen för att nå målen?