



Vilken betydelse har individens tilltro till sin egen förmåga, self-efficacy, vid återgång i arbete efter långtidssjukskrivning, eller vid inträde i arbete för unga med funktionsnedsättning?

Åsa Andersén, PhD
 Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap,
 Jämlik hälsa och arbetsliv, HEAL
 Uppsala Universitet




Self-efficacy

En persons subjektiva tilltro till sin egen förmåga att klara en specifik uppgift/handling eller besvärlig situation

Albert Bandura (1997)



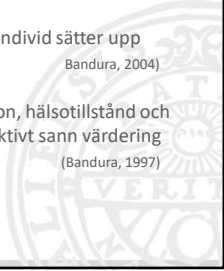


Self-efficacy

Har inflytande över vad människor kan göra/påverkar en individs kapacitet

(Bandura, 1997)

- ligger till grund för vilka mål en individ sätter upp
Bandura, 2004
- grundar sig på känslor, motivation, hälsotillstånd och tankar, behöver inte vara en objektivt sann värdering
(Bandura, 1997)






Self-efficacy

Hög self-efficacy – hjälper individer att övervinna hinder/svårigheter
(Luszczynska, Scholz, Schwarzer, 2005)

Låg self-efficacy- kan begränsa individer och leda till undvikande beteende
(Bandura, 1994)



Källor till self-efficacy


Self-efficacy

Verbal övertalning

Tidigare framgångar/erfarenheter

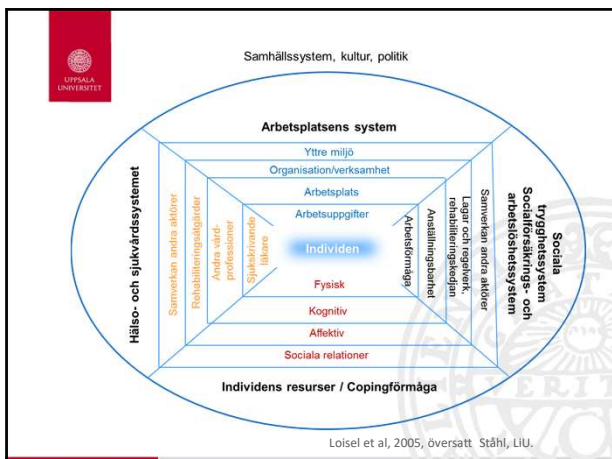
Värdering av egen kapacitet i förhållande till andras

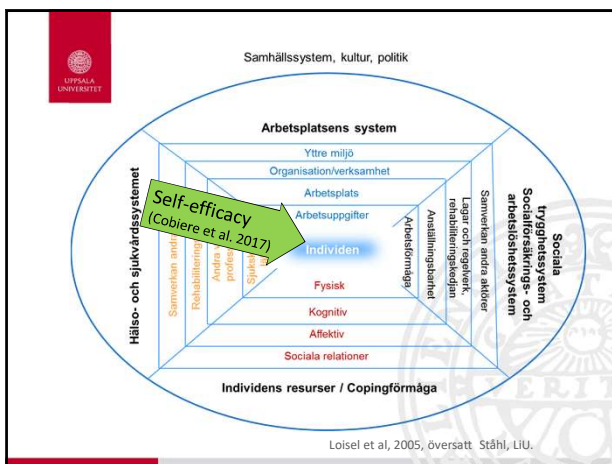
Fysiologiskt och känslomässigt tillstånd



Varför är self-efficacy viktigt i sammanhanget?

- self-efficacy kan påverkas negativt vid långtidssjukskrivning
(Sommer et al., 2013; Labriola et al., 2007)
- prediktor för återgång i arbete efter långtidssjukskrivning
(Brouwer et al. 2009; Volker et al., 2015; Huijs et al., 2012, Black et al. 2018)
- minskning i self-efficacy - hinder för återgång i arbete
(Jensen, 2013)





General Self-efficacy Scale (GSE)

GSE mäter en persons generella tilltro till sin förmåga att hantera eller utföra olika svåra uppgifter i livet (Schwarzer & Jerusalem, 1995)

Ingen exakt brytpunkt för gränsen för hög respektive låg self-efficacy, omkring 2.9 i den allmänna befolkningen (Love et al., 2012; Schwarzer, 2014)

1. Jag lyckas alltid lösa svåra problem om jag bara anstränger mig tillräckligt.
2. Även om någon motarbetar mig hittar jag ändå utvägar att nå mina mål.
3. Jag har inga svårigheter att hålla fast vid mina målsättningar och fjärrverkliga mina mål.
4. I oväntade situationer vet jag alltid hur jag skall agera.
5. Till och med överraskande situationer tror jag mig klara av bra.
6. Tack vare min egen förmåga känner jag mig lugn även när jag ställs inför svårigheter.
7. Vad som än händer klarar jag mig alltid.
8. Vilket problem jag än ställs inför kan jag hitta en lösning.
9. Om jag ställs inför nya utmaningar vet jag hur jag skall ta mig an dem.
10. När problem uppstår kan jag vanligtvis hantera dem av egen kraft.

(Schwarzer & Jerusalem, 1995)

Forskningsprojekt, test av två rehabiliteringsmodeller:

TEAM intervention
 Bedömning av; läkare, arbetsterapeut/sjukgymnast, socionom och psykolog.
 → förslag till rehabiliteringsplan, återkoppling till individen, rehabilitering utifrån ett biopsykosocialt perspektiv.

Teammedlem = kontaktperson, kontinuerlig kontakt över tid, veckovisa teammöten, uppföljning, synkronisering av insatser. Teamarbete utifrån ett ACT perspektiv, tillämpning av motiverande samtal (MI).

Samverkan med Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen & kommunen

ACT intervention
 Förändra individens förhållningssätt till sina problem utifrån tre huvudprinciper;

- 1) *medveten närvaro* (mindfulness),
- 2) *acceptans* och
- 3) *grundläggande värderingar*.

Behandlande psykolog = kontaktperson


Samverkan med Försäkringskassan och Arbetsförmedlingen

Predictors of self-efficacy in women on long-term sick leave
 Åsa Andersén^a, Kjerstin Larsson^{a,c}, Per Lytsy^{a,b}, Per Kristiansson^a and Ingrid Anderzén^{a,b}

International Journal of Rehabilitation Research 2015;38:320-6.

Design:	Tvärsnittstudie
Urval:	Långtidssjukskrivna kvinnor, n=337 Psykisk ohälsa och/eller smärta Medelålder: 48.7 år Genomsnittlig sjukskrivningslängd: 7.8 år
Data:	Registerdata, enkäter

Vilka faktorer kan förklara skattning i self-efficacy hos kvinnor som är långtidssjukskrivna på grund av psykisk ohälsa och /eller smärta?



För kvinnor som hade *self-efficacy* < 2.9 var det en högre andel som:

- Hade låg motivation till- eller upplevde osäkerhet kring att återgå i arbete
- Inte hade någon nära vän
- Rapporterade att de hade sämre hälsa, högre ångest och depression
- Rapporterade misstro till andra människor
- Var utlandsfödda
- Saknade anställning

Andersén et al., 2015




Strengthened General Self-Efficacy with Multidisciplinary Vocational Rehabilitation in Women on Long-Term Sick Leave: A Randomised Controlled Trial

Åsa Andersén¹ · Kjerstin Larsson¹ · Per Lytsy¹ · Erik Berglund¹ · Per Kristiansson¹ · Ingrid Anderzén¹

Journal of Occupational Rehabilitation, 2018

Design:	Longitudinell interventionsstudie med randomiserat urval
Urval:	Långtidssjukskrivna kvinnor med psykisk ohälsa och/eller smärta
Data:	Registerdata, enkäter vid inklusion, 6 månader och 12 månader



Vilken effekt har

- 1) *multidisciplinär bedömning med multimodal rehabilitering (TEAM)* respektive
- 2) *Acceptance and commitment therapy (ACT)* på *self-efficacy*, hos kvinnor som varit sjukskrivna ≥ 1 år till följd av psykisk ohälsa och/eller smärta, jämfört med en kontrollgrupp?



Förändring i self-efficacy:

- **TEAM grupp**
 - statistiskt signifikant ökning i self-efficacy över tid jämfört med kontrollgrupp
- **ACT grupp**
 - ingen statistiskt signifikant ökning i self-efficacy över tid jämfört med kontrollgrupp

(Andersén et al., 2018)



Article
Multidisciplinary Intervention and Acceptance and Commitment Therapy for Return-to-Work and Increased Employability among Patients with Mental Illness and/or Chronic Pain: A Randomized Controlled Trial

Erik Berglund ^{1,*}, Ingrid Anderzén ¹, Åsa Andersén ¹, Lars Carlsson ^{1,2}, Catharina Gustavsson ^{1,2}, Thorne Wallman ^{1,3} and Per Lytsy ^{1,4}

International Journal of Environmental Research and Public Health, 2018

Målgrupp: samma målgrupp som tidigare
 Design: Longitudinell interventionsstudie, randomiserat urval
 Data: registerdata och enkäter



Utfall avseende återgång i arbete

TEAM gruppen rapporterade i högre utsträckning att de återgått/påbörjat arbete jämfört med kontrollgrupp


TEAM gruppen rapporterade i högre utsträckning ökad anställningsbarhet (övergång från FK till AF) jämfört med kontrollgrupp

Deltagare i ACT gruppen rapporterade i högre utsträckning ökad anställningsbarhet (övergång från FK till AF) jämfört med kontrollgrupp



Samband mellan self-efficacy och återgång i/påbörjan av arbete

- Högre self-efficacy (≥ 2.3) hade positivt samband med återgång i/påbörjan arbete
- Högre self-efficacy (≥ 2.3) hade positivt samband med ökad anställningsbarhet



Positive experiences of a vocational rehabilitation intervention for individuals on long-term sick leave, the Dirigo project: a qualitative study

Åsa Andersén¹, Christian Ståhl², Ingrid Anderzén¹, Per Kristiansson³ and Kjerstin Larsson¹

BMC Public Health (2017) 17:790

Design:	Deskriptiv kvalitativ design
Urval:	14 långtidssjukskrivna män och kvinnor, psykisk ohälsa och/eller smärta, medelålder 47.2 år
Data:	Individuella intervjuer
Analys:	Innehållsanalys, enligt Elo & Kyngäs (2008).



Hur upplever långtidssjukskrivna

- 1) en individanpassad arbetslivsriktad rehabilitering baserad på samverkan mellan myndigheter och motiverande samtal?
- 2) mötet med de handläggare som arbetade i denna?

UPPSALA UNIVERSITET

Analyserna av intervjuerna resulterade i 4 generiska kategorier och en huvudkategori:

1. Möjlighet att erhålla olika former av stöd

2. Övergripande bra bemötande av handläggarna

Overgripande positiva upplevelser

3. Tillfredsställelse med interventionen

4. Möjlighet till personlig utveckling

Self-efficacy

UPPSALA UNIVERSITET

The relationship between self-efficacy and transition to work or studies in young adults with disabilities


ÅSA ANDERSEN¹, KJERSTIN LARSSON¹, RONNIE PINGEL¹, PER KRISTIANSSON¹ & INGRID ANDERZEN¹

Scandinavian Journal of Public Health, 1–7


Design:	Prospektiv kohortstudie
Urval:	Unga arbetslösa med funktionsnedsättning, 19-29 år, n= 249 Medelålder: 24 år Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar dominerade
Data:	Registerdata, enkäter

UPPSALA UNIVERSITET

Hur skattar unga arbetslösa med funktionsnedsättning i åldern 19-29 år self-efficacy och finns det ett samband mellan self-efficacy och senare påbörjan av arbete/studier?



- Generellt lågt self-efficacy (2.5)
- Deltagare med lägre self-efficacy rapporterade sämre hälsa jämfört med deltagare med högre self-efficacy
- Högre self-efficacy hade positivt samband med påbörjan av arbete men inte för studier
- Dubbelt så hög chans att påbörja arbete om högre self-efficacy





Sammanfattningsvis:

- Psykisk ohälsa behöver uppmärksammas och bemötas (KBT och problemlösning)
- Samverkan mellan olika professioner och myndigheter/organisationer behövs för att undanröja hinder
- Multidisciplinär bedömning med en multimodal rehabilitering som utgår från individens behov och baseras på medicinska, sociala och psykologiska aspekter (biopsykosocialt synsätt)
- Kartläggning av individens resurser och tidigare framgångar i arbetslivet
- Stödande förhållningssätt från professioner som är involverade i processen
- Hjälps och uppföljning under arbetsträning
- MI



Tack!

Asa.andersen@pubcare.uu.se