

Beslutningsgrundlag for forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark - et systematisk review

Maria Krogh Holler
Kandidatspeciale i Folkesundhedsvidenskab
Institut for Medicin og Sundhedsteknologi, Aalborg Universitet

Afleveringsdato: 21. december 2020
Vejleder: Henrik Bøggild

Resume

Titel:

Beslutningsgrundlag for forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark – et systematisk review

Baggrund:

Stress blandt ledige udgør et folkesundhedsmæssigt problem grundet de potentielle individuelle og samfundsøkonomiske omkostninger. Årsager til stress blandt ledige findes på flere socioøkologiske niveauer, herunder det strukturelle niveau. Der er i Danmark politisk opmærksomhed på, at ledighed kan være forbundet med sundhedsudfordringer, men forebyggelse målrettet ledige er fortsat individorienteret og der behov for mere evidensbaseret viden. Der eksisterer ikke et systematisk overblik over effekten på stress af forebyggelsestiltag målrettet ledige, som inddrager både strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag, hvilket vil udgøre et gavnligt redskab i tilrettelæggelsen af forebyggelsen.

Formål:

At afdække effekten på stress af eksisterende strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag målrettet ledige, for herved at udarbejde et beslutningsgrundlag, som skal bidrage med anbefalinger til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark.

Metode:

Der er udført et systematisk review med inspiration fra de metodiske tilgange i The Cochrane Handbook og Booth et al. (2012). Der er søgt i databaserne *Embase*, *PubMed*, *PsycInfo*, *Proquest*, *Scopus* og *Web of Science*. Søgningen inkluderer eksperimentelle og observationelle primærstudier, som undersøger effekten på stressniveau eller forekomsten af stress blandt ledige af strukturelle, primære eller sekundære forebyggelsestiltag målrettet ledige. Der er i tillæg hertil udført referencelistesøgning. Studierne har gennemgået en kritisk kvalitetsvurdering inden syntetisering ud fra temaerne: *Studiernes kvalitet og metode, ligheder og forskelle i forebyggelsesindsatserne og effekterne heraf samt socioøkologisk niveau i indsatserne*.

Resultater:

Det systematiske review inkluderer ni studier heraf tre RCT-studier. De identificerede studier er af lav til moderat kvalitet. Indholdet i indsatserne er forskelligartede og kan opdeles i fire grupper: *Alle typer*, *erhvervskompetencetræning*, *jobsøgningsindsatser* og *psykologiske indsatser*. Ingen af indsatserne intervenserer på det strukturelle niveau og alle indsatserne intervenserer på det individuelle niveau samt det sociale niveau.

Konklusion:

Grundet kvaliteten af og konteksten i de identificerede studier kan implementering af en konkret indsats i Danmark ikke anbefales. Anbefalingerne til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark omhandler to dele: Del 1) udvikling af en ny jobsøgningsindsats og del 2) inddragelse af stress som effektmål i evaluering af eksisterende indsatser som praktik, løntilskud og uddannelse samt i eventuelle fremtidige forsøg med fritagelse fra statslige regler. Det anbefales, at udviklingen af en ny jobsøgningsindsats tager udgangspunkt i MRC-modellen, herunder udvikling af en logisk model.

Abstract

Title:

Decision basis for the prevention of stress among the unemployed in Denmark – a systematic review

Background:

Stress among the unemployed poses a public health problem due to the potential individual and socio-economic costs. Causes of stress among the unemployed exists at several socio-ecological levels, including the structural level. There is a political awareness in Denmark that unemployment can be associated with health challenges, but prevention targeted the unemployed is still individual-oriented and there is a need for more evidence. There is no systematic overview of the effects on stress of prevention targeted the unemployed including both structural, primary and secondary prevention, which will be beneficial in the planning of prevention.

Aim:

To cover the effect on stress of existing structural, primary and secondary prevention targeted the unemployed, in order to form a decision basis, which will contribute with recommendations for changing the prevention of stress among the unemployed in Denmark.

Method:

With inspiration from the methodological approaches in The Cochrane Handbook and Booth et al (2012) a systematic review has been conducted. The databases *Embase*, *PubMed*, *PsycInfo*, *Proquest*, *Scopus* and *Web of Science* has been searched. The searched included experimental and observational primary studies, which examine the effects on stress or the incidence of stress among the unemployed of structural, primary or secondary prevention targeted the unemployed. In addition, a reference list search has been performed. The studies have gone through a critical quality appraisal before synthesis based on the themes: *The quality and method of the studies, similarities and differences in the prevention and the effects and the socio-ecological level.*

Results:

The systematic review includes nine studies including three RCT-studies. The quality of the included studies is low to moderate. The content if the interventions is diverse and can be divided into four groups: *All types*, *vocational competence training*, *job search interventions* and *psychological interventions*. None of the interventions intervene at the structural level and all the interventions intervene at the individual level as well as the social level.

Conclusion:

Due to quality and context of the identified studies, the implementation of a concrete intervention in Denmark cannot be recommended. The recommendations for changing the prevention of stress among the unemployed includes two parts: Part 1) development of a new job search intervention and part 2) inclusion of stress as an outcome measure in evaluating existing interventions as internships, subsidized employment and education and in any future interventions with exemption from laws and rules. It is recommended that the development of a job search intervention is based on the MRC framework, including development of a logical model.

Indholdsfortegnelse

1. Initierende problem	5
2. Problemanalyse.....	6
2.1 Stress blandt ledige: Et folkesundhedsmæssigt problem?.....	6
2.2 Stress som begreb og fænomen	8
2.2.1 Traditioner og forståelser af stress.....	9
2.2.2 Måling af stress.....	10
2.3 Målgruppe	11
2.4 B beskæftigelsesindsatsens organisering i Danmark.....	11
2.5 Årsager til stress blandt ledige	13
2.5.1 Strukturelle forhold	15
2.5.2 Leve- og arbejdsvilkår	17
2.5.3 Sociale forhold	19
2.5.4 Individuelle faktorer	20
2.5.5 Biologiske faktorer	21
2.6 Strategier til forebyggelse af stress blandt ledige	22
2.7 Forebyggelse af stress blandt ledige	23
3. Afgrænsning.....	26
4. Problemformulering	28
5. Metode.....	29
5.1 Specialets positionering.....	29
5.2 Systematisk review som metode.....	30
5.3 Indledende søgning	30
5.4 Inklusions- og eksklusionskriterier	31
5.5 Søgestrategi	33
5.5.1 Bloksøgning.....	34
5.5.2 Databaser.....	35
5.5.3 Søgetermer	35
5.5.4 Søgning i referencelister.....	37
5.5.5 Udvælgelse af studier	37
5.6 Kvalitetsvurdering og dataekstraktion	38
5.7 Analyse- og syntesestrategi.....	39
6. Syntese og analyse	41
6.1 Matricer	42

6.2 Syntese	52
6.2.1 Studiernes kvalitet og metode	52
6.2.2 Ligheder og forskelle i forebyggelsesindsatserne og effekterne heraf	53
6.2.3 Socioøkologisk niveau.....	59
7. Metodediskussion	62
7.1 Specialets positionering.....	62
7.2 Søgestrategi.....	63
7.2.1 Databaser.....	64
7.2.2 Søgetermer	65
7.2.3 Søgetekniske valg og udvælgelse	67
7.2.4 Dataekstraktion	68
7.3 Validitet og reliabilitet i det systematiske review	68
8. Resultatdiskussion.....	70
8.1 Indsatserne i relation til danske forhold	70
8.2 Overførbare af de fundne indsatser og effekter	70
8.3 Tendenser ud fra evidensen	73
8.4 Mangel på evidens om strukturel forebyggelse af stress blandt ledige.....	75
9. Beslutningsgrundlag: Anbefalinger til forebyggelse af stress blandt ledige	77
9.1. Anbefalinger	77
9.2. Forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark.....	78
9.2.1 MRC-modellen som ramme for udvikling af en jobsøgningsindsats	79
9.2.2 Stress som effektmål i evalueringer af eksisterende indsatser og forsøg.....	83
9.2.3 Økonomi og aktører.....	84
9.2.4 Potentielle utilsigtede konsekvenser ved anbefalingerne	86
10. Konklusion	89
Referencer	90
Bilagsoversigt.....	98

1. Initierende problem

Sammenlignet med beskæftigede har ledige en større risiko for en række psykiske og fysiske problematikker.¹⁻⁵ Blandt andet oplever en større andel af ledige at have et højt stressniveau sammenlignet personer i beskæftigelse^{5,6} og i Danmark oplever 47% af ledige mod 19% af beskæftigede et højt stressniveau.⁷ Oplever ledige længerevarende stress øges risikoen yderligere for depression,⁸ angst⁹ samt infektions- og hjertekarsygdomme¹⁰. Endvidere kan stress under ledighed risikere at forlænge ledighedsperioden¹¹.

Ledighed i sig selv udgør en samfundsøkonomisk belastning grundet udgifter til ydelser og driften af jobcentre,¹² og de potentielle individuelle konsekvenser af ledighed og stress kan medføre yderligere udgifter for samfundet. Cirka 50.000 flere danskere blev grundet COVID-19-epidemien ledige i løbet af 2020 sammenlignet med 2019 og ultimo 2020 var det samlede antal ledige i Danmark ca. 131.000.¹³ Denne store stigning i antallet af ledige sammenholdt med de potentielle individuelle og samfundsøkonomiske konsekvenser betyder, at er det højaktuelt at rette fokus mod, hvorledes stress blandt ledige kan forebygges.

At der eksisterer en association mellem ledighed og stress kan have mange forskellige årsager og disse kan relatere sig til forskellige strukturelle, miljømæssige og individuelle faktorer. For en effektiv forebyggelse af stress blandt ledige, er det essentielt, at disse forskellige årsager indtænkes i forebyggelsen. I Danmark er der aktuelt primært fokus på stressforebyggelse blandt beskæftigede¹⁴ samt ledige med andre udfordringer end ledighed,¹⁵ men der ses også en begyndende interesse for at forebygge stress blandt den brede gruppe af ledige, idet den indbyrdes påvirkning mellem sundhed og ledighed møder stigende politisk interesse og anerkendelse.¹⁶ På trods af at næsten halvdelen af ledige angiver et højt stressniveau møder forebyggelse af stress blandt ledige et begrænset fokus i Danmark.

Der vurderes derfor at eksistere et udviklingspotentiale i forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark med henblik på at reducere forekomsten af ledige, som oplever stress og dermed reducere de potentielle samfundsmæssige og individuelle konsekvenser heraf.

2. Problemanalyse

I problemanalysen analyseres og udfoldes stress blandt ledige som problem med det formål at identificere mulige udviklingspotentialer indenfor forebyggelsen af stress blandt ledige med henblik på at reducere forekomsten af stress blandt ledige.

2.1 Stress blandt ledige: Et folkesundhedsmæssigt problem?

Under nedlukningen af store dele af det danske samfund i perioden marts-juni 2020 steg ledigheden i Danmark markant fra 4,1% af arbejdsstyrken til 5,4%. Ledigheden har historisk set været betydeligt højere, men andelen af ledige var hermed steget til det højeste niveau i syv år.¹⁷ Danmarks Statistik arbejder med tre forskellige metoder til at opgøre andelen af ledige, som dermed udgør tre måder at definere ledige. Metoderne inkluderer forskellige grupper af jobsøgende i Danmark over 16 år herunder dagpengemodtagere, jobklare kontanthjælps- og uddannelseshjælpsmodtagere, personer i forskellige typer af aktivering samt personer, som selv vurderer sig som jobsøgende, men evt. har et deltidsjob.¹⁸ I den internationale standarddefinition defineres ledige som alle aktivt jobsøgende personer, der er over den nationale lavalder for arbejde, aktuelt er uden betalt arbejde samt står til rådighed for at tage et arbejde.¹⁹ Både de danske metoder og den internationale definition definerer gruppen af ledige bredt som personer over 16 år, der aktuelt ikke er i lønnet beskæftigelse og står til rådighed for at tage et arbejde, og det er denne forståelse, der anvendes i dette speciale. Gruppen kan omtales som f.eks. arbejdsløse, forsikrede ledige, jobsøgende, dagpengemodtagere eller ledige, og vil i dette speciale blive omtalt som *ledige*.

Ledige oplever flere problematikker relateret til det mentale helbred sammenlignet med personer i beskæftigelse.^{20,21} Andelen af personer, som oplever stress, er dobbelt så høj blandt ledige²¹ og ledige oplever højere stressniveau end beskæftigede.^{5,6} I Danmark er prævalensen af stress også signifikant højere blandt ledige sammenlignet med beskæftigede⁷ og i 2017 er andelen af ledige, som oplever et højt stressniveau højere end andelen i både 2013 og 2010,^{22,23} hvilket vidner om, at stress blandt ledige er et stigende problem i Danmark. Fordelt på erhvervs-status eksisterer således en social ulige forekomst af mentale helbredsproblematikker, og i Danmark er denne forskel særligt udtalt ift. højt stressniveau, hvor næsten halvdelen af ledige oplever dette, hvilket er en langt større andel end blandt beskæftigede. På baggrund heraf er der i dette speciale specifikt fokus på stress som problematik blandt ledige.

Associationen mellem ledighed og lavere mental sundhed herunder stress kan anskues fra to retninger, idet ledighed kan udgøre en årsag til lavere mental sundhed, men ledighed kan også være en konsekvens af lavere mental sundhed.⁵ Når sociale faktorer, som f.eks. ledighed udgør en årsag til en lidelse eller sygdom, som f.eks. stress, kaldes det kausalitetseffekten.^{24,25} Hermed forstås, at det er ledigheden, som fører til f.eks. stress, dvs. der er en kausal sammenhæng imellem ledighed og stress. Omvendt kan ledighed være en konsekvens af lav mental sundhed herunder stress, hvilket kaldes selektionseffekten,²⁴ idet den ledige pga. lavere mental sundhed selekteres ind i ledighed. Årsager hertil kan være et større sygefravær og lavere produktivitet sammenlignet med personer uden helbredsproblematikker, hvilket øger risikoen for jobtab og dermed ledighed.²⁵ At stress kan ses som en konsekvens af ledighed og dermed skyldes kausalitetseffekten, støttes bl.a. af at personer, som har mistet deres job under en fyringsrunde, hvormed det er mindre sandsynligt, at deres mentale sundhed har haft en betydning for jobtabet, har højere stressniveauer end beskæftigede.²¹ Ligeledes støttes kausalitetseffekten af, at personer, som går fra ledighed til beskæftigelse, oplever en reduktion i stresssymptomer.^{20,21} Omvendt støttes selektionseffekten af, at beskæftigede personer, som oplever højt stressniveau har næsten dobbelt så stor risiko for efterfølgende ledighed²⁶ og at personer med lav mental sundhed har større risiko for ledighed.²⁷ I et review konkluderes det dog, at der generelt set er begrænset evidens, som støtter selektionseffekten.⁵ Sandsynligvis har begge effekter en betydning for associationen mellem stress og ledighed. For nogle vil det overvejende være stress, der har ført til ledighed og for andre vil det være ledigheden, der fører til stress. I dette speciale tages der udgangspunkt i ledige som målgruppe, dvs. mens personen er ledig, hvorfor fokus er på, hvorledes stress blandt ledige kan forebygges. Udgangspunktet i dette speciale er således kausalitetseffekten, dvs. at ledighed fører til stress, men med anerkendelse af at selektionseffekten også har betydning for associationen, men at en håndtering af denne problematik vil kræve et andet fokus.

Stress er en hensigtsmæssig og naturlig reaktion, som kan bidrage positivt til at håndtere kortvarige belastninger, så længe der er tale om kortvarig stress. Langvarig stress kan derimod have både sociale, psykiske og fysiske konsekvenser for individet.²⁸ I dette speciale er der tale om den langvarige stress og ikke den akutte stress, når begrebet stress anvendes. Stress som begreb udfoldes og defineres yderligere i næste afsnit. Stress øger bl.a. risikoen for psykiske problematikker som depression⁸ og angst⁹ samt fysiske problematikker som infektions- og hjertekarsyg-

domme.¹⁰ Stresssymptomer blandt ledige kan desuden prædikere langtidsledighed,¹¹ dvs. at stress blandt ledige kan medvirke til at forlænge ledighedsperioden. Idet langtidsledighed i sig selv også øger risikoen for stress¹¹ kan ledighed og stress således blive en negativ spiral, hvor ledighed kan medføre stress og stress samtidig kan forlænge ledighedsperioden.

Udover stress øger ledighed også risikoen for en række andre fysiske og psykiske helbredsproblematikker, herunder har ledige øget risiko for at udvikle depression¹⁻³ og for at begå selvmord⁴ samt for diabetes, forhøjet blodtryk og kardiovaskulær sygdom.⁵ Både stress og ledighed øger således risikoen for bl.a. depression og forskellige hjertekarsygdomme, hvilket kan skabe en hypotese om, at stress er en medierede faktor for sammenhængen mellem ledighed og disse helbredsproblematikker, dvs. at stress blandt ledige er medvirkende årsag til forhøjet risiko for depression og hjertekarsygdomme blandt ledige. Er dette tilfældet, bidrager det yderligere til relevansen af at forebygge stress blandt ledige.

Ledighed har samfundsøkonomiske konsekvenser i form af bl.a. udgifter til ydelser og til driften af jobcentre, herunder især udgifter til medarbejdere og aktiveringstilbud,¹² hvilket betyder, at et fokus på at reducere risikoen for langtidsledighed er samfundsøkonomisk relevant. Endvidere er der risiko for, at de beskrevne potentielle individuelle helbredsøkonomiske konsekvenser af stress blandt ledige kan medføre udgifter for samfundet, hvilket også bidrager til at gøre forebyggelsen af stress blandt ledige samfundsøkonomisk relevant.

Stress er således socialt ulige fordelt målt ved erhvervsstatus og stress blandt ledige er et stigende problem. Ledighed og stress øger samtidig risikoen for en række fysiske og psykiske helbredsproblematikker for individet og stress blandt ledige har samfundsøkonomiske konsekvenser. Stress blandt ledige kan dermed ansues at udgøre et folkesundhedsmæssigt problem, hvorfor forebyggelse heraf er relevant at prioritere.

2.2 Stress som begreb og fænomen

For at kunne forebygge stress blandt ledige vurderes det essentielt først at afdække, hvad begrebet dækker over og hvordan det forstås i dette speciale. Stress er et bredt og ofte anvendt begreb,^{28,29} men stress har ingen selvstændig diagnosekode³⁰ og der eksisterer ingen entydig forståelse

se eller anvendt definition.^{28,29} Formålet med dette afsnit er derfor at afdække og udfolde stress som begreb samt analysere, hvorledes stress kan forstås i relation til ledighed.

2.2.1 Traditioner og forståelser af stress

Traditionelt set er stress overordnet defineret ud fra et biologisk, epidemiologisk eller psykologisk perspektiv, men disse perspektiver er integrerede i hinanden i mange stressmodeller i dag.^{28,29,31} I den biologiske tradition opfattes stress som objektive målbare ændringer i fysiologiske systemer, som er fordelagtige for individet som en kortsigtet adfærdstilpasning, men på lang sigt kan øge risikoen for sygdom.²⁹ I den epidemiologiske tradition er udgangspunktet, at stressfulde livsbegivenheder som f.eks. økonomiske vanskeligheder og arbejdsløshed udgør en trussel mod individets velbefindende og disse kaldes stressorer. Stress gøres objektivt målbart ved andelen af disse stressfulde livsbegivenheder, hvormed samme begivenhed antages at belaste alle individer ens.²⁹ Hermed anerkendes arbejdsløshed således som en potentiel stressor, men dog anskues arbejdsløshed at udgøre samme belastning for alle. I den psykologiske tradition inddrages individets oplevelse af belastningen ved en given stressor, hvormed stress ikke er betinget af en bestemt situation, men af individets oplevelse heraf.²⁹ I denne tradition, hvor stress forstås som et interaktionelt forhold mellem individ og omgivelser, fokuseres på individets perception, vurdering og handling ift. potentielle stressbelastninger og copingbegrebet har dermed en central rolle i denne forståelse af stress.²⁸ Centralt for forståelsen af stress i den psykologiske tradition er Lazarus og Folkmans³² definition af stress, hvor stress defineres som forholdet mellem individ og omgivelser, som af individet vurderes at udgøre en trussel eller som overstiger individets ressourcer og truer individets velbefindende.³² I denne definition opstår stress ud fra en kognitiv trusselsvurdering af en situation i omgivelserne samt ud fra individets ressourcer til at mestre denne trussel, også kaldet coping.³² Coping refererer til kognitive og adfærdsmæssige handlinger til at håndtere, reducere eller tolerere eksterne eller interne krav som følge af en stressor.³² Denne forståelse af stress kan bidrage til at forklare, hvorfor kun nogle og ikke alle ledige oplever stress, idet det bliver den enkeltes omgivelser, ressourcer og coping, som har betydning for, om den ledige oplever stress.

Disse forskellige traditioner ses ofte alle i nogen grad repræsenteret i forskellige stressmodeller, hvor stressorer (jf. den epidemiologiske tradition) vurderes af individet ift. graden af belastning forbundet hermed (jf. den psykologiske tradition), hvilket kan føre til fysiologiske (jf. den biologiske

tradition), psykiske og/eller adfærdsmæssige stressreaktioner og -symptomer. Processen og udfaldet af denne trusselsvurdering afhænger af individets ressourcer og håndtering (jf. den psykologiske tradition).^{28,31} Stressoren kan være fysisk, biologisk, kemisk eller psykisk, hvor de psykiske stressorer kan være kvantitative, kognitive eller emotionelle belastninger.³¹ Stress ansues hermed ikke som en sygdom, men som en reaktion på en påvirkning.³¹ Stress er ifølge denne tilgang en potentiel reaktion på såvel fysiske som psykiske belastninger og individets ressourcer til at håndtere belastningen vil have betydning for, om individet vil opleve en stressreaktion, hvilket vurderes ud fra forskellige fysiske, psykiske og adfærdsmæssige stresssymptomer. I denne forståelse er symptomer afgørende for, at der er en stressreaktion og det anerkendes, at både stressorer og stresssymptomer kan være af psykisk karakter. I den rene psykologiske tradition er der ikke dette fokus på stresssymptomer, men i stedet på det interaktionelle forhold mellem individ og omgivelser og på *oplevet stress*.

Forståelsen af stress i dette speciale indtager et bredt udgangspunkt, hvor stress ansues som en individuel oplevelse, hvor en person kan opleve stress både med og uden tilstedeværelsen af fysiske, psykiske eller adfærdsmæssige symptomer. Formålet med at indtage en sådan bred og inkluderende forståelse af stress er, at inkludere alle former for stress blandt ledige og dermed bidrage til en bred afdækning af problemstillingen.

2.2.2 Måling af stress

Der eksisterer således ikke én universel forståelse og definition af stress, hvorfor der heller ikke eksisterer én metode til operationalisere og måle stress, men mange målemetoder, som tager udgangspunkt i forskellige forståelser af stress.³³ Lazarus og Folkmans³² definition af stress er udgangspunktet for udviklingen af *Cohens Perceived Stress Scale* (Cohens PSS), som er et måleredskab, der måler graden af oplevet stress ud fra spørgsmål omhandlende individets oplevelse af sit liv som bl.a. uforudsigeligt, ukontrollerbart og belastet.³⁴ Måleredskabet er således netop et eksempel på, hvordan en person kan opleve stress uden tilstedeværelsen af stresssymptomer, men at stress derimod er baseret på individuelle oplevelser og håndteringen af stressorer. En dansk-oversat udgave af Cohens PSS³⁵ er anvendt som måleredskab i Sundhedsprofilen til at måle graden af oplevet stress⁷ og dermed er det respondenternes oplevelse af livet som bl.a. ukontrollerbart, uforudsigeligt og belastet, der er målt. For ledige er det ofte uvist, hvornår de igen er i beskæftigelse,

hvorfor netop manglende kontrol og forudsigelig vil være en del af. Som beskrevet i afsnit 2.1 oplevede næsten halvdelen af ledige i Danmark i 2017 et højt stressniveau målt med Cohens PSS, hvilket var en markant højere andel end blandt beskæftigede,⁷ men denne andel må således ses i lyset af, hvordan stress er operationaliseret i måleredskabet. Havde der været anvendt et måleredskab, hvor forståelsen af stress tog udgangspunkt i en kvantitativ belastning som f.eks. arbejdspress eller -mængde, kunne resultatet have været anderledes.²⁸ Det er derfor centralt at være opmærksom på, hvordan stress er målt i forskellige studier, når resultaterne anvendes, da måleredskabet vil have betydning for resultaterne.

2.3 Målgruppe

Ledige er i dette speciale bredt defineret som alle personer over 16 år, der aktuelt ikke har et arbejde og som står til rådighed for at tage et arbejde. Denne definition rummer dermed også personer, som modtager kontant- eller uddannelseshjælp. Jobklare kontant- og uddannelseshjælpsmodtagere har ofte forskellige barrierer ift. at komme i job.³⁶ Disse barrierer kan have betydning for deres ressourcer og coping, som kan påvirke oplevelsen af stress og dermed risikoen for at opleve stress under ledighed. På baggrund heraf er modtagere af kontanthjælp og uddannelseshjælp ikke i målgruppen for dette speciale. Dermed er målgruppen for specialet dagpengemodtagere, som står til rådighed for at tage et arbejde.

2.4 Beskæftigelsesindsatsens organisering i Danmark

I Danmark kan ledige modtage økonomisk støtte i form af dagpenge i op til to år, hvis de er medlem af en a-kasse og aktivt jobsøgende.³⁷ At være aktivt jobsøgende indebærer bl.a. at melde sig som jobsøgende på Jobcenteret, registrere CV, aktivt søge jobs kontinuerligt, registrere disse jobsøgningsaktiviteter samt deltage i samtaler på Jobcenteret og i a-kassen. Endvidere er den ledige forpligtiget til at deltage i aktivitetstilbud, som af Jobcentret vurderes at kunne fremme den lediges mulighed for at komme i beskæftigelse.³⁷ Denne kobling mellem retten til en ydelse og krav om deltagelse i visse aktiviteter er en del af den aktive arbejdsmarkedspolitik, som blev indført i Danmark i 1994 og siden løbende ændret gennem en lang række reformer.³⁸ I dag kaldes den aktive arbejdsmarkedspolitik også den aktive beskæftigelsesindsats eller blot beskæftigelsesindsatsen.³⁸

Det er beskæftigelsesministeriet, der sætter de politiske rammer og statslige regler for beskæftigelsesindsatsen.³⁹ Kommunalbestyrelsen i de enkelte kommuner har ansvaret for at udføre beskæf-

tigelsesindsatsen, herunder ansvaret for jobcentre og tilrettelæggelsen af beskæftigelsesindsatsen i den enkelte kommune.⁴⁰ Den indsats, jobcentrene skal give ledige med henblik på at få de ledige hurtigst muligt i beskæftigelse, reguleres i *Lov om aktiv beskæftigelsesindsats* (LAB-loven), i hvilken også lediges muligheder for at deltage i forskellige indsatser som vejledningskurser, praktik, løntilskud og uddannelse bestemmes.⁴¹ Det er dermed staten i form af beskæftigelsesministeriet, som beslutter de overordnede rammer for beskæftigelsesindsatsen, mens kommunerne varetager udførelsen og tilrettelæggelsen af indsatsen indenfor de statslige regler og lovbestemte rammer.

Der er på beskæftigelsesområdet overordnet udgifter til tre forskellige områder: *Ydelser, indsatser og myndighedsudøvelse*.⁴² I relation til udgifter til ledige udgør dagpengeydelsen *ydelsen, indsatser* er de initiativer de enkelte kommuner igangsætter målrettet ledige og *myndighedsudøvelse* er den sagsbehandling og kontakt, de ledige har i jobcenteret. Myndighedsudøvelsen indgår i det samlede budget i de enkelte kommuner, mens der til ydelser og indsatser er forskellige statslige tilskud og refusionsordninger.⁴² Udgiften til myndighedsudøvelsen, som udgør driften af jobcentrene, skal således prioriteres mellem de mange andre serviceområder i den enkelte kommune. Den statslige refusion til dagpengeydelser falder gradvist des længere borgeren er ledig fra 80% de første fire uger til 20% efter et års ledighed.^{42,43} De statslige tilskud til indsatser målrettet ledige, varierer mellem forskellige typer af indsatser. Udgifter til virksomhedsrettede indsatser som praktik og løntilskud samt uddannelse opnår refusion på 50%, mens der ikke er refusion til indsatser, som hører under LAB-lovens §91 *Øvrig opkvalificering og vejledning*.⁴¹ Under denne paragraf hører bl.a. kortere vejlednings- og afklaringsforløb samt særlige tilrettelagte projekter.⁴¹

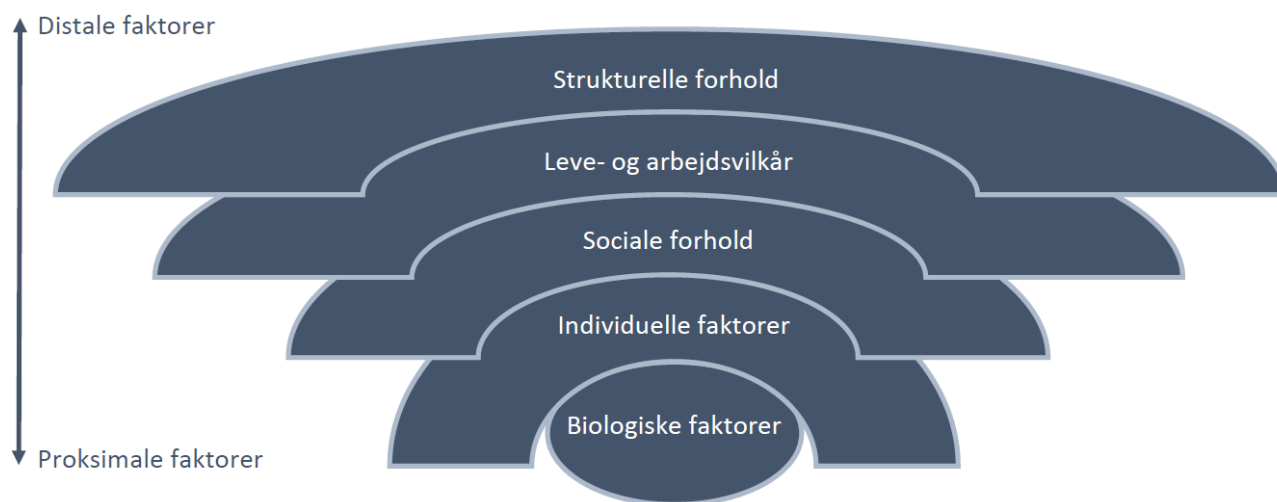
Kommunerne kan grundet den gradvise reduktion i refusion i takt med ledighedsvarigheden have økonomiske incitamenter til at ville forebygge stress blandt ledige, idet stress øger risikoen for langtidsledighed.¹¹ Omvendt er det den enkelte kommune, som skal finansiere udgifter til den myndighedsudøvelse, der kan være forbundet med forebyggelse af stress, hvilket skal prioriteres mellem de andre serviceområder i kommunerne. Er en eventuel forebyggelsesindsats af en sådan karakter, at den kan placeres under LAB-loven, vil kommunerne endvidere også helt eller delvist skulle finansiere selve indsatsen. Er der f.eks. tale om en konkret korterevarende forebyggelsesindsats, vil en sådan formentlig have karakter af kortere vejledningsforløb og derfor være placeret under §91 i LAB-loven, og derved uden refusion fra staten.

Staten har også udgifter forbundet med ledighed i form af refusion til ydelsen, men også mere indirekte omkostninger som reduceret skatteindtægt. Derudover kan staten have fremtidige udgifter forbundet med behandling af de sygdomme, som stress øger risikoen for.

Der er således flere udgifter forbundet med ledighed og stress blandt ledige for både staten og de enkelte kommuner. Det kan derfor være af interesse for både staten og kommunerne at iværksætte forebyggelsestiltag, som kan reducere stress blandt ledige. Hvem der er ansvarlig for udgifterne til forebyggelsestiltaget, vil afhænge af typen af indsats, hvilket er relevant at indtænke i tilrettelæggelsen af forebyggelsen af stress blandt ledige.

2.5 Årsager til stress blandt ledige

I dette afsnit identificeres og analyseres forskellige årsager til, at ledighed kan føre til stress. Formålet hermed er at identificere faktorer, der kan være relevante at indtænke i forebyggelsen af stress blandt ledige. Årsagerne gennemgås med udgangspunkt i den socioøkologiske model af Dahlgren og Whitehead⁴⁴, hvor determinanter for individets sundhed er opstillet på fem forskellige niveauer: Strukturelle forhold, leve- og arbejdsvilkår, sociale forhold, individuelle faktorer samt biologiske faktorer (figur 1). Med denne tilgang identificeres systematisk alle bagvedliggende faktorer med betydning for individets sundhed, hvormed denne socioøkologiske tilgang er anvendelig til at identificere hvilke niveauer, der er relevante at inddrage i en effektiv forebyggelsesstrategi⁴⁴. Link og Phelan⁴⁵ anskuer disse faktorer som distale versus proksimale årsager til sygdom. Som illustreret i figur 1 er de proksimale faktorer de forhold, der ligger tættest på individet⁴⁵ svarende til de inderste niveauer i den socioøkologiske model, mens de distale faktorer, er de faktorer, som er længst væk fra individet.⁴⁵



Figur 1: Socioøkologisk model baseret på og oversat fra Dahlgren og Whiteheads model⁴⁴ og med tilføjelse af begreberne distale og proximale faktorer jf. Link og Phelan⁴⁵

Årsagerne til, at der opstår ulighed i sundhed, findes ifølge Link og Phelan⁴⁵ i de grundlæggende distale faktorer, da disse faktorer anses som årsagen til, at der opstår forskelle i de proximale faktorer. Det vil derfor være utilstrækkeligt og ineffektivt udelukkende at inddrage proximale faktorer i en forebyggelsesstrategi,⁴⁵ idet de forskellige niveauer og faktorer påvirker og interagerer indbyrdes. På baggrund heraf er det centralt at indtænke alle niveauer af årsager for at opnå en effektiv forebyggelse af stress blandt ledige.

I analysen af årsagerne er det relevant at være opmærksom på, at årsagen til ledighed kan være forskellig fra ledig til ledig. En person kan eksempelvis være selvvalgt ledig for en periode grundet ønske om karriere- eller jobskifte. Ledighed kan også være en konsekvens af fyring, som kan skyldes nedskæringer, manglende kvalifikationer eller sæsonarbejde. En ledig kan også være en nyuddannet, der endnu ikke er kommet i beskæftigelse. Der kan dermed være betydelige individuelle forskelle på de hændelser og valg, der ligger forud for ledigheden. Disse forhold vil formentlig have betydning for, hvordan de potentielle årsager til stress, der gennemgås i det følgende, opleves for den enkelte. Dette kan udover de årsager, som fremanalyseres i afsnittet, bidrage til at forklare, hvorfor nogle ledige oplever stress, mens andre ikke gør.

2.5.1 Strukturelle forhold

Det yderste strukturelle niveau i den socioøkologiske model omhandler årsager, der relaterer sig til generelle socioøkonomiske forhold samt kulturelle og miljømæssige faktorer, som påvirker individets sundhed. Målet med forebyggelsestiltag på dette niveau er langsigtede forandringer af strukturelle vilkår, som typisk vil kræve national politisk handling.⁴⁴

Beskæftigelseslovgivning – rettigheder og forpligtigelser

Som beskrevet er retten til at modtage dagpenge betinget af den lediges overholdelse af en række krav og forpligtigelser, og ved manglende overholdelse risikerer den ledige at miste retten til dagpenge for en periode.³⁷ Medarbejdere på jobcenteret og i den lediges a-kasse har mulighed for at se den lediges jobsøgningsaktiviteter,³⁷ hvormed den lediges overholdelse af forpligtelserne kan overvåges. Et sådant underliggende overvågningssystem i samfundets institutioner beskriver Foucault⁴⁶ som panoptimisme. I panoptimismen kan den overvågede altid ses og er bevidst herom, men uden at den overvågede kan se sin overvåger. Formålet med panoptimismen er en produktiv styring, som fremmer og skaber bestemte egenskaber.⁴⁶ Sættes panoptimismen i relation til beskæftigelseslovgivningen kan kontrollen af den lediges jobsøgningsaktiviteter samt de statslige krav til samtaleaktivitet anskues som overvågning og kontrol med det formål at fremme og skabe ledige, som er aktivt jobsøgende. I følge panoptimismen vil den overvågede være bevidst om, at dennes handlinger er synlige for "systemet", men for den overvågede, er det usynligt præcis hvem, der overvåger og hvornår.⁴⁶ Denne overvågning kan være en medvirkende årsag til, at danske ledige oplever en latent frygt for at gøre noget forkert bevidst eller ubevidst og dermed ikke leve op til de forpligtelser, som giver ret til dagpenge.⁴⁷ De mange regler og forpligtigelser, der skal overholdes, kan for den ledige opleves som vanskelige at navigere i.⁴⁷ Frygten for at fejle, dét at være overvåget og risikoen for at miste retten til dagpenge, kan udgøre stressorer for den enkelte ledige og potentielt medføre stress. Disse forhold er bestemt af de gældende love for beskæftigelsesindsatsen, hvormed beskæftigelseslovgivningen kan anskues at udgøre en central distal determinant for stress blandt ledige. Jævnfør Link og Phelan⁴⁵ vil de distale faktorer påvirke og interagere med de proksimale faktorer. Beskæftigelseslovgivningen vil som distal faktor bl.a. påvirke den lediges levevilkår ift. økonomi, hvilket placerer sig på det næste lag i den socioøkologiske model.

Italesættelse af ledighed, beskæftigelsespolitik og stigmatisering

I perioden 1993-2013 skete en udvikling ift., hvordan ansvaret for ledighed blev omtalt i danske artikler. En rapport fra 2014, hvor italesættelsen af ledighed i over 1000 danske artikler gennemgås, viser, at i 7% af artiklerne fra 1993 italesættes ledighed som selvforskyldt, mens det i 2013 var steget til ca. 22%.⁴⁸ Denne udvikling vidner om en ændring i den kollektive samfundsmæssige opfattelse af ledighed, hvor skylden i stigende grad placeres hos individet, som dermed ses som selvforskyldt i ledigheden. Hermed er en "blaming the victim"-tilgang til ledighed blevet mere fremherskende.

Foucault beskriver begrebet *governmentality* som styring gennem selvstyring og begrebet betegner den usynlige magt målrettet befolkningen, der dannes af samfundets institutioner, procedurer, analyser og taktikker.⁴⁹ I relation til ledighed kan *governmentality* anskues at udgøre den magt, som skabes gennem beskæftigelseslovgivningen og den politiske italesættelse af ledighed og som udgør den styring, som leder til selvstyring. En dansk interviewundersøgelse blandt ledige viser, at ledige også selv anskuer deres ledighed, som primært at være deres eget ansvar og egen skyld.⁴⁷ Når ledige internaliserer den samfundsmæssige italesættelse af ledighed og dermed opfatter ledighed som selvforskyldt, kan det siges, at styring har ført til selvstyring. Hermed har den usynlige magt gennem beskæftigelseslovgivning og politisk italesættelse af ledighed medført en selvstyring i samfundet, hvor ledige af sig selv og i samfundet anskues som ansvarlige for egen ledighed.

Ifølge Goffmann⁵⁰ kan "karaktermæssige skavanker" f.eks. i form af manglende vilje udgøre et stigma, som tiltrækker sig omgivelsernes opmærksomhed og resulterer i social afvisning og manglende anerkendelse af individets øvrige positive egenskaber.⁵¹ Når ledighed anses som selvforskyldt, kan ledighed af andre opfattes som manglende vilje til at tage et job, hvormed ledighed kan føre til stigmatisering. Ifølge Link og Phelan⁴⁵ udgør stigmatisering en potentiel distal årsag til sygdom. Med en stigende tendens i den samfundsmæssige opfattelse af ledighed som selvforskyldt følger således en stigende risiko for, at ledige oplever stigmatisering, hvilket kan føre til sygdom, herunder stress.

Umiddelbart kan italesættelsen af ledighed synes vanskeligt at ændre gennem forebyggelse, men med udgangspunkt i Foucaults *governmentality*-begreb, ses det, at den bagvedliggende politiske magt gennem beskæftigelsespolitik og politisk italesættelse af ledighed er af betydning for

italessættelsen af ledighed, hvorfor det kan være relevant at indtænke beskæftigelsespolitikken i forebyggelsen af stress blandt ledige.

Beskæftigelsespolitikken kan dermed anses at udgøre en central distal strukturel determinant for stress blandt ledige. Dels vil beskæftigelsespolitikken have en direkte betydning for lediges rettigheder og forpligtigelser, som udgør en potentiel årsag til stress blandt ledige. Derudover kan beskæftigelsespolitikken indirekte påvirke ansvarsplaceringen og italesættelsen af ledighed, hvilke ligeledes udgør potentielle årsager til stress blandt ledige, bl.a. grundet risikoen for stigmatisering. Beskæftigelsespolitikken med beskæftigelsesministeriet som ansvarlig aktør udgør dermed en central distal strukturel faktor for stress blandt ledige, hvorfor det vurderes relevant, at beskæftigelsespolitikken indtænkes i forebyggelsen af stress blandt ledige.

2.5.2 Leve- og arbejdsvilkår

Det næste niveau i den socioøkologiske model omhandler individets materielle og sociale leve- og arbejdsvilkår.⁴⁴ Den lediges arbejds- og levevilkår udgøres bl.a. af hverdagen som ledig samt lediges rettigheder og forpligtigelser, herunder lediges økonomiske rettigheder. Dette niveau er derfor i høj grad påvirket af beskæftigelseslovgivningen på det overliggende niveau, som sætter rammerne for disse rettigheder og forpligtigelser.

Økonomiske konsekvenser af ledighed

I Danmark har der igennem en årrække været et beskæftigelsespolitisk fokus på, *”at det skal kunne betale sig at arbejde”*,⁴⁸ hvormed der menes, at ledighed kontra beskæftigelse skal medføre mærkbare økonomiske konsekvenser for den ledige. I relation hertil findes i dansk kontekst stærk evidens for, at niveauet af dagpengeydelsen har betydning for beskæftigelsen og for varigheden af ledigheden, hvor lavere ydelser medfører højere beskæftigelse og kortere ledighedsforløb.⁵² En kortere ledighedsperiode, kan reducere risikoen for stress blandt ledige,¹¹ hvilket indikerer, at lavere dagpengeydelse er positivt ift. at forebygge stress blandt ledige. I dette er der dog ikke indtænkt potentielle utilsigtede konsekvenser ved en lav ydelse ift. de lediges helbred og herunder stressniveau. Økonomiske vanskeligheder under ledighed øger risikoen for stress,⁵³ hvilket indikerer, at en lav dagpengeydelse ikke udelukkende vil have positive effekter ift. ledighedsvarigheden, men også potentielle negative effekter på ift. lediges stressniveau.

Danmark har et generøst velfærdssystem sammenlignet med andre højindkomstlande.⁵⁴ Det er dog komplekst at vurdere generøsiteten og sammenligne dagpengesystemer på tværs af lande, idet mange elementer indgår herunder dagpengeperiode, rådighedsforpligtigelser, dagpengeydelsen, kompensationsgrad mv. Sammenlignet med systemerne i de omkringliggende lande Norge, Sverige, Finland, Tyskland, Holland og Storbritannien, er det danske dagpengesystem samlet set blandt de mest generøse. Selve dagpengeydelsen i Danmark er hverken blandt de laveste eller højeste i de syv lande, men dagpengevarigheden er blandt de længste.⁵⁵ Dagpengeydelsen kan omregnes til en gennemsnitlig kompensationsgrad, som angiver, hvor stor en andel af den gennemsnitlige lønindkomst en ledig kan modtage i dagpenge.⁵⁶ Danmark har den næsthøjeste gennemsnitlige kompensationsgrad ud af de syv lande på ca. 70%,⁵⁵ men kompensationsgraden er faldet markant de seneste årtier bl.a. som konsekvens af forskellige reformer og skatteaftaler.⁵⁶

På trods af at Danmark har et generøst velfærdssystem ift. flere parametre, er kompensationsgraden faldet de seneste 20-30 år, hvilket kan medføre en stigning i andelen, som oplever økonomiske vanskeligheder under ledighed, og dette øger risikoen for at opleve stress. Dette indikerer, at dagpengeydelsen kan være relevant at indtænke i forebyggelsen af stress blandt ledige, men at dagpengeydelsen er kompleks som forebyggelsesstrategi, da både en lav og høj ydelse kan have en potentiel forebyggende virkning ift. stress blandt ledige. Det vurderes på baggrund her af relevant at indsamle den tilgængelig viden om de forebyggende effekter på stress af ændringer i dagpengeydelsen.

Mangel på tidsstruktur og aktiviteter i hverdagen

Jahoda⁵⁷ argumenterer for, at for individet medfører dét at arbejde både økonomiske fordele men også andre såkaldte latente fordele, som dækker visse psykologiske behov. Hun argumenterer for, at mange primært arbejder for at opretholde de økonomiske fordele, men at beskæftigede gennem deres arbejde også får dækket fem basale psykologiske behov i form af *tidsstruktur*, *social kontakt*, *kollektivt formål*, *status* og *aktiviteter*.⁵⁷ Ifølge Jahoda⁵⁷ vil adgang til disse fordele have en positiv indvirkning på det mentale helbred, hvorfor dårligere mentalt helbred blandt ledige kan forklares ud fra tabet af disse fordele.⁵⁷ I et socioøkologisk perspektiv placerer disse fem fordele sig på forskellige niveauer. På dette niveau omhandlende leve- og arbejdsvilkår placerer *tidsstruktur* og *aktiviteter* sig, idet disse relaterer sig lediges levevilkår i en hverdag som ledig.

Ledige angiver generelt et signifikant lavere niveau af tidsstruktur sammenlignet med personer i beskæftigelse og hjemmegående.^{58,59} Ledige, som bruger deres tid på meningsfulde aktiviteter som husholdningsarbejde, socialisering og aktive fritidsaktiviteter har bedre mentalt helbred end de, som er mere passive.⁵⁸ Et lavt niveau af struktureret og meningsfuld tid kan bl.a. medføre højere niveau af stress.⁵⁸ Ifølge Jahoda⁵⁷ udgør tidsstruktur den vigtigste af de fem latente fordele og tab heraf udgør en tung psykologisk byrde.

I forhold til aktiviteter argumenterer Jahoda⁵⁷ for, at individet har et basalt psykologisk behov for planlægning og for regulære aktiviteter i hverdagen og mangel herpå vil påvirke individets mentale helbred. For mange vil arbejde opfylde dette behov, hvorfor ledige skal være i stand til at tage initiativ til at planlægge og igangsætte andre aktiviteter i hverdagen for at opfylde det psykologiske behov.⁵⁷

At tidsstruktur og aktiviteter udgør basale psykologiske behov og mangel herpå kan påvirke lediges mentale helbred og potentielt føre til stress, kan bl.a. forstås ud fra hverdagslivsteori. En hverdag uden arbejde er netop udgangspunktet for Bech-Jørgensens⁶⁰ hverdagslivsteori, hvor hun beskriver, hvordan ledighed kan udgøre et brud på hverdagens selvfølgeligheder og struktur. Hverdagens selvfølgeligheder udgøres af det, som plejer at være, dvs. rutiner, vaner og gentagelser.⁶⁰ For ledige vil arbejde og de rutiner, der knyttes hertil, formentlig være en stor del af hverdagens selvfølgeligheder. Et brud på hverdagslivets selvfølgeligheder kan betyde, at hverdagen bliver kaotisk og uforudsigelig.⁶⁰ Dette kan udgøre en belastning for individet, hvormed tab af tidsstruktur og aktiviteter i hverdagen kan ansues at udgøre en bagvedliggende årsag til, at ledighed kan udgøre en stressor for individet. Ledige kan derfor have behov for enten støtte til at håndtere manglen på tidsstruktur og aktiviteter eller til at opretholde tidsstruktur og aktiviteter i hverdagen for dermed at reducere denne bagvedliggende årsag til stress. Det kan derfor være relevant at indtænke lediges hverdagsliv i relation til tidsstruktur og aktiviteter i forebyggelsen.

2.5.3 Sociale forhold

På dette mellemste niveau i den socioøkologiske model befinder individets sociale relationer og lokale netværk sig.⁴⁴ Ifølge Dahlgren og Whitehead⁴⁴ vil stærke netværk og sociale relationer gennem støtte give individet bedre mulighed for at modstå udfordringer, som truer helbredet. Dette er også gældende for ledige, idet ledige med en større grad af social støtte, oplever bedre mental

sundhed sammenlignet med ledige med en lav grad af social støtte.²⁰ Social kontakt udgør ét af individets basale psykologiske behov og en del af individets sociale kontakt dækkes igennem arbejde.⁵⁷ Ledige er mindre socialt deltagende end folk i beskæftigelse,⁶¹ hvilket kan skyldes, at den ledige ofte enten mangler eller oplever en reduktion i den faglige kontakt.⁵⁷ Endvidere kan ledighed medføre, at den ledige trækker sig fra sine øvrige sociale kontakter pga. f.eks. manglende initiativ, mindreværd og skam,⁵⁷ hvor mange ledige oplever, at føle sig skamfulde over deres situation ⁶² og et statustab overfor deres omgivelser.⁶³ Denne oplevelse af skam og statustab vil sandsynligvis være påvirket af ansvarsplaceringen ved ledighed i samfundet og af den samfundsmæssige italesættelse af ledighed. Dette illustrerer, hvorledes de forskellige niveauer af determinanter for stress blandt ledige skal ses som interagerende faktorer. Når ledighed øger risikoen for mindre social kontakt og det samtidig findes, at ledige med lavere grad af social kontakt har lavere mental sundhed, kan det være relevant at indtænke social støtte i forebyggelsen.

2.5.4 Individuelle faktorer

På dette niveau befinder faktorer, som relaterer sig til individets handlinger sig. I den oprindelige socioøkologiske model er der især fokus på livsstil som rygning, alkohol og motion.⁴⁴ I afsnittet her forstås niveauet bredere og relaterer sig til individrelaterede forhold af mere psykisk karakter ift. den lediges coping med de følelser, ledighed kan medføre og hvordan ledighed kan påvirke individets selvbillede.

Som beskrevet er ledige forpligtiget til at skrive og sende jobansøgninger for at opretholde retten til at modtage dagpenge,⁴¹ hvormed en hverdag som ledig indebærer en række jobafslag, indtil den ledige opnår ansættelse. Ledige kan opleve, at de mange afslag reducerer deres tro på sig selv og egne evner og at ledigheden bidrager til en følelse af mindreværd.⁶³ Ledige kan opleve en følelse af statustab og at mangle en del af deres identitet under ledighed i form af faglig identitet.⁶³ Idet individet opnår en del af sin status og identitet gennem arbejde, udgør status og identitet én af de fem latente fordele ved at arbejde ifølge Jahoda, ⁵⁷ hvor status omhandler individets position i samfundet og identitet er udtryk for individets syn på sig selv. Ydermere angiver ledige, at dét at være ledig, påvirker deres fundamentale følelse af at bidrage til samfundet.⁶³ Individets psykologiske behov for et kollektivt formål udgør den femte og sidste af Jahodas latente fordele ved at arbejde. Ved ledighed kan individet mangle denne følelse af at være nyttig, at bidrage til

samfundet og at der er brug for én.⁶⁴ Ligesom tab af de øvrige latente fordele, kan tab af status og identitet samt følelse af at bidrage til samfundet medføre lavere mental sundhed.⁵⁷ At miste status og identitet samt føle manglende bidrag til samfundet kan udgøre en stressor, som kræver, at individet er i stand til at håndtere disse følelser for at undgå, at dette fører til stress.

Disse individuelle faktorer omkring status, identitet, bidrag til samfundet og håndtering af følelserne forbundet hermed er formentlig i høj grad influeret af de ovenfor fremanalyserende potentielle årsager til stress blandt ledige herunder beskæftigelsespolitikken, italesættelsen af ledighed, økonomi, stigmatisering, hverdagslivet og de sociale forhold. Alle disse faktorer kan påvirke, hvordan individet ser sig selv som ledig, hvilket illustrerer interaktionen mellem lagene i den socioøkologiske model. Dette understreger vigtigheden af, at alle niveauer indtænkes i forebyggelsen, da distale faktorer i høj grad påvirker de proksimale faktorer direkte og indirekte.

2.5.5 Biologiske faktorer

Forhold, der relaterer sig individets biologi som f.eks. køn og alder, befinder sig på det inderste niveau i den socioøkologiske model og adskiller sig fra de øvrige niveauer ved at være faste faktorer, som ikke kan forandres eller kontrolleres i en forebyggelsesstrategi.⁴⁴ Dermed kan forhold på dette niveau ikke på samme måde anses som årsager til stress blandt ledige, men mere som risikofaktorer for at opleve stress, som kan være relevante at indtænke i forebyggelsen. Både alder og køn kan formentlig have betydning for, hvilke af de ovenfor beskrevne årsager til stress blandt ledige, der opleves som stressorer. Eksempelvis kan unge grundet mindre livserfaring have vanskeligere ved at håndtere situationen som ledig,⁶⁵ dvs. at det kan være faktorer som tab af identitet, tidsstruktur og aktiviteter, der kan udgøre stressorer for unge ledige. Ældre ledige kan derimod have flere økonomiske forpligtelser end unge,⁶⁵ hvorfor det for ældre ledige kan være de økonomiske konsekvenser af ledighed, som opleves som en stressor. Ift. køn kan kvinder have større tendens til at isolere sig under ledighed end mænd,⁶⁶ hvormed det bliver de sociale forhold, der er årsag til stress blandt ledige kvinder, mens de økonomiske konsekvenser grundet den traditionelle rolle som forsøger kan være kilde til lav mental sundhed under ledighed blandt mænd.⁶⁷ Generelt set vil ledighed og de underliggende stressorer opleves vidt forskelligt for den enkelte ledige, hvorfor det er relevant, at forebyggelsen inddrager flest muligt af de forskellige årsager til stress blandt ledige.

2.6 Strategier til forebyggelse af stress blandt ledige

Der kan således identificeres potentielle årsager til stress blandt ledige på alle socioøkologiske niveauer og disse vil interagere og påvirke på tværs af niveauerne. Dette indikerer et behov for, at en forebyggelsesstrategi indeholder både strukturelle forandringer samt individorienterede interventioner, hvis forebyggelsen skal være effektiv. I dette afsnit præsenteres et teoretisk perspektiv på mulige forebyggelsesstrategier til forebyggelse af stress blandt ledige, som hver for sig eller i kombination kan forventes at reducere stress blandt ledige. Formålet hermed er at fremanalysere forebyggelsesstrategier, der med udgangspunkt i de fremanalyserede årsager til stress blandt ledige, kan forebygge stress blandt ledige med henblik på at anvende denne viden til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige.

Strukturel primær forebyggelse

Forebyggelse af stress blandt ledige kan tage udgangspunkt i forandring af de strukturelle forhold, som bidrager til, at ledighed samlet set udgør en potentiel stressor for individet. Forebyggelsen sker dermed gennem forandring af de distale faktorer, som placerer sig i de yderste lag i den socioøkologiske model, dvs. forandringer relateret til beskæftigelseslovgivningen ift. lediges rettigheder og forpligtigelser, dagpengeydelsen og den politiske italesættelse af ledighed, som direkte og indirekte påvirker faktorer på de øvrige niveauer. Strategien kan anskues at være en primær forebyggelsesstrategi, idet det overordnede formål med strategien er at reducere risikoen for, at ledige oplever stress.⁶⁸ Da fokus er på forandring af de distale determinanter herunder bl.a. lovgivning, kan forebyggelsesstrategien endvidere ses som strukturel forebyggelse, idet strukturel forebyggelse netop har til formål at påvirke de rammer, som individet lever i, gennem lovgivning, styring og regulering.⁶⁹

Individrettet primær forebyggelse

Stress blandt ledige kan potentielt også forebygges gennem en forebyggelsesstrategi med et individorienteret fokus målrettet alle ledige, hvor forandringen relaterer sig til mere proksimale faktorer tættere på individet. Med udgangspunkt i årsagerne til stress blandt ledige kan dette være forandring relateret til hverdagslivet ift. at skabe tidsstruktur og aktiviteter, til det sociale liv samt til den lediges selvbillede, mestring og identitetsfølelse. Disse faktorer påvirkes som beskrevet af de distale faktorer, hvilket igen illustrerer relevansen af, at de strukturelle forhold indtænkes i en

forebyggelsesindsats. I denne forebyggelsesstrategi vil fokus være på at ændre disse individrelaterede potentielle årsager til stress, f.eks. ved at indtænke social støtte, tidsstruktur og aktiviteter i en forebyggende intervention og derved reducere de mulige potentielle årsager til stress. Fokus kan også være på at øge den lediges resiliens og modstandskraft overfor ledighed som stressor, eksempelvis ved at øge lediges ressourcer og mestringsstrategier.

Sekundær forebyggelse

I sekundær forebyggelse er formålet at forhindre sygdom i at udvikle sig,⁶⁸ og forebyggelsen af stress blandt ledige kan også foregå som sekundær forebyggelse målrettet ledige, der oplever stress. I en sådan intervention vil fokus være på at begrænse lediges oplevelse af stress ved at forbedre deres redskaber til at håndtere stress og derigennem reducere forekomsten af stress blandt ledige eller lediges stressniveau.

2.7 Forebyggelse af stress blandt ledige

De tre beskrevne strategier kan teoretisk set alle forventes at være virkningsfulde i forebyggelsen af stress blandt ledige. I det følgende afsnit analyseres det aktuelle nationale fokus på stress blandt ledige med henblik på at sammenholde denne viden med de tre forebyggelsesstrategier og derved fremanalysere, hvorledes forebyggelsen af stress blandt ledige kan forandres med det formål at reducere stress blandt ledige i Danmark.

I Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke for mental sundhed fra 2018 anbefales kommunerne i jobcenterregi at understøtte tidlig opsporing af symptomer på lav mental sundhed,¹⁴ hvormed ledige vil være i målgruppen. Formålet med opsporingen, at personer, som viser symptomer på f.eks. stress, identificeres og henvises til kommunale tilbud eller til nærmere udredning i almen praksis.¹⁴ Der er således fokus på at hindre stress og andre mentale sundhedsproblematikker i at udvikle sig, hvorfor indsatsen kan ses som sekundær forebyggelse. Primær forebyggelse af lav mental sundhed eller stress blandt ledige nævnes ikke eksplicit i forebyggelsespakken, hvorimod individrettet primær forebyggelse af stress for beskæftigede på kommunale arbejdspladser anbefales i forebyggelsespakken.¹⁴ Dette på trods af, at det i forebyggelsespakken fremhæves, at det bl.a. særligt er personer udenfor arbejdsmarkedet, der har dårlig mental sundhed.¹⁴

At arbejdsmarkedstilknytning og sundhed er indbyrdes forbundet, er udgangspunktet for Sundhedsstyrelsens publikation fra 2019, hvori der præsenteres løsningsmodeller for helhedsorienterede beskæftigelsesindsatser med fokus på sundhed.¹⁶ Fokus heri er på, hvordan sundhedsmæssige udfordringer kan udgøre en barriere for fast tilknytning til arbejdsmarkedet og målgruppen er derfor ledige borgere. Heri anerkendes det, at lediges sundhedsudfordringer udgør en mulig risiko for længerevarende ledighed, samt at ledighed og varigheden heraf kan udgøre en risiko for udvikling af bl.a. stress,¹⁶ hvilket gør forebyggelse af stress blandt ledige relevant. Fokus i publikationen er på løsningsmodeller samarbejde omkring ledige borgere mellem sundheds- og beskæftigelsesforvaltninger,¹⁶ og i mindre grad på konkrete tilbud målrettet specifikke problematikker som stress. Med publikationen anerkendes behovet for at forebygge forskellige problematikker under ledighed grundet de mulige individuelle og samfundsmæssige konsekvenser heraf, hvilket vidner om et behov for identificering og implementering af effektive strategier til at forebygge bl.a. stress blandt ledige. Det ses dog også, at fokus er på, hvordan stress kan forebygges ud fra et individorienteret perspektiv og ikke gennem strukturelle ændringer. Dette skyldes formentlig, at i de danske indsatser mod stress opfattes stress primært som et individuelt anliggende og få indsatser har fokus på det organisatoriske niveau.⁷⁰ Der er behov for erkendelse af, at stress er et kontekstuel fænomen og at hverken kommuner eller regioner kan løse udfordringen med stress i befolkningen alene, men der er behov for en samlet national indsats.⁷¹ Dette indikerer et behov for, at ikke kun individrettede, men også strukturelle forebyggelsesindsatser identificeres og implementeres i forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark. I de eksisterende stresstilbud i de danske kommuner, er der desuden generelt behov for mere evidensbaseret viden, idet kun 9% af tilbuddene er baseret på forskning.⁷¹

Ovenstående illustrerer en politisk opmærksomhed på, at ledighed kan være forbundet med sundhedsudfordringer, men fokus er fortsat overvejende på en individorienteret tilgang i form af sekundær forebyggelse af stress blandt ledige eller på primær forebyggelse af stress blandt beskæftigede. Endvidere er der behov for, at det strukturelle niveau indtænkes i forebyggelsen af stress og for mere evidensbaseret forskning. Et systematisk overblik over evidensbaserede forebyggelsestiltag målrettet stress blandt ledige, som inddrager både strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag vil kunne udgøre et gavnligt redskab i forebyggelsen af stress blandt ledige ift. at inddrage mere evidens samt strukturelle forebyggelsestiltag i forebyggelsen. Eksisterende reviews, som omhandler forebyggelse og sundhedsfremme målrettet ledige, har enten

ikke stress som outcome,^{72,73} har stress som én af mange outcomes,^{74,75} er begrænset til arbejdsmarkedsrettede interventioner⁷⁶ eller har en bredere målgruppe end kun ledige.⁷⁷ Der eksisterer således ikke et systematisk overblik over den eksisterende litteratur omhandlende effekten på stress af forebyggelsestiltag målrettet ledige herunder både strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag. Ud fra dette kan det derfor udledes, at der er behov for en systematisk kortlægning af effekten på stress af eksisterende forebyggelsestiltag målrettet ledige, med henblik på at inddrage denne viden i forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark.

3. Afgrænsning

Andelen af ledige, som oplever stress, er stigende og stress blandt ledige udgør et folkesundhedsmæssigt problem grundet de potentielle individuelle og samfundsøkonomiske omkostninger. Den markante stigning i andelen af ledige grundet COVID-19-epidemien gør det højaktuelt at afdække, hvorledes forebyggelsen af stress blandt ledige kan forandres med henblik på at reducere forekomsten af stress blandt ledige i Danmark.

Når begrebet stress anvendes i dette speciale, er der tale om den langvarige stress og ikke den akutte stress, da det er den langvarige stress, som kan have negative helbredsmæssige konsekvenser. Med det formål at opnå en bred afdækning af problemstillingen omkring stress blandt ledige indtages en bred forståelse af stress, hvor stress ansues som en individuel oplevelse, som kan forekomme både med og uden fysiske, psykiske og adfærdsmæssige symptomer. Målgruppen i specialet er ledige og er afgrænset til dagpengemodtagere, da personer, som modtager kontanthjælp eller uddannelseshjælp, vurderes at adskille sig fra dagpengemodtagere ift. risikoen for at opleve stress.

Både staten og kommuner vurderes at kunne have interesse i at forebygge stress blandt ledige i Danmark grundet de potentielle besparelser reduceret forekomst af stress blandt ledige vil kunne medføre. I relation hertil er det relevant at være opmærksom på, at typen af forebyggelsesindsats eller -strategi vil have betydning for, hvem der bærer det økonomiske ansvar.

I et socioøkologisk perspektiv kan der fremanalyseres årsager til stress blandt ledige på flere niveauer. På strukturelt niveau kan ledighedssystemet, beskæftigelseslovgivning samt politisk italesættelse af ledighed ses som distale faktorer, der kan være medvirkende årsag til, at nogle ledige oplever stress. Disse strukturelle forhold ses i høj grad som underliggende distale faktorer, der interagerer og påvirker de øvrige lag i den socioøkologiske model, herunder bl.a. lediges arbejds- og levevilkår ift. økonomiske konsekvenser ved ledighed samt individets selvbillede ift. oplevelsen af statustab, skam og skyld. Ifølge Dahlgren og Whitehead⁴⁴ vil faktorer på forskellige niveauer interagere og gensidigt påvirke hinanden, hvorfor det ifølge Dahlgren og Whitehead⁴⁴ er nødvendigt at inddrage flere niveauer i forebyggelsen for at opnå en effektiv forebyggelse. Med udgangspunkt i de identificerede årsager til stress blandt ledige er der fremanalyseret tre mulige forebyggelsesstrategier, hhv. primær strukturel forebyggelse, primær individrettet forebyggelse

samt sekundær forebyggelse. Aktuelt er der i Danmark overvejende fokus på sekundær forebyggelse af stress blandt ledige på trods af en politisk anerkendelse af, at ledighed kan være forbundet med sundhedsudfordringer. I de danske indsatser mod stress anskues stress endvidere som et individuelt anliggende. Samtidig er der behov for, at flere indsatser baseres på evidens. På baggrund af problemanalysen vurderes der at eksistere et behov for at forandre forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark ud fra et evidensbaseret grundlag, hvor både strukturelle, primære og sekundære forebyggelsesstrategier inddrages, idet alle niveauer bør indtænkes for at opnå en effektiv forebyggelse.

Formålet med dette speciale er derfor at afdække, hvilke forebyggelsestiltag målrettet ledige med effekt på stress, der eksisterer med henblik på udarbejdelsen af et evidensbaseret beslutningsgrundlag med anbefalinger til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark, hvilket skal anvendes til at kvalificere beslutninger om forandring af forebyggelsen.

4. Problemformulering

Hvordan kan stress blandt ledige forebygges gennem strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag og hvordan kan denne viden anvendes til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark?

Forskningsspørgsmål:

- 1) Hvilken effekt ses af strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag målrettet ledige målt på forekomsten af stress blandt ledige eller lediges stressniveau?
(reviewspørgsmål)

- 2) Hvordan kan viden herom anvendes til udformning af anbefalinger til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark ift. at reducere forekomsten af stress blandt ledige eller de lediges stressniveau?

5. Metode

Med det formål at afdække og syntetisere den eksisterende evidens om forebyggelsestiltag målrettet ledige med effekt på stress udføres et systematisk review. I dette afsnit redegøres og argumenteres for de metodologiske valg i udarbejdelsen af det systematiske review. Med henblik på at sikre fokus på systematik og transparens gennem alle faser, udføres udarbejdelsen af det systematiske review med inspiration fra The Cochrane Handbook⁷⁸ og Booth et al.⁷⁹

5.1 Specialets positionering

Indenfor forskning findes forskellige forskningsparadigmer, som er de grundlæggende antagelser, som forskerne arbejder ud fra.⁸⁰ Formålet med dette speciale er at afdække effekterne af forebyggelsestiltag målrettet stress blandt ledige. Med dette fokus på effekter er den videnskabsteoretiske position i specialet *positivistisk*, som befinder sig i det empirisk-analytiske forskningsparadigme. Indenfor det empirisk-analytiske paradigme lægges der vægt på objektiv og værdineutral testning og empiriske iagttagelser. Gennem de empiriske iagttagelser sigtes der mod at finde frem til almen gyldige årsagssammenhænge, dvs. kausale sammenhænge mellem årsag og virkning.⁸⁰ Forskning med en positionering i det empirisk-analytiske paradigme vil være af den *forklarende forskningstype*, hvor kernespørgsmålet er *hvilke x, der er årsag til y*.⁸⁰ I dette speciale søges det at opnå viden om den kausale sammenhæng mellem forebyggelsestiltag som årsag og effekten heraf på stress blandt ledige, hvormed specialets problemformulering er indenfor den *forklarende forskningstype*. Udfordringen indenfor denne forskningstype er at sikre, at en observeret effekt kan tilskrives indsatsen, idet mange andre forhold end kun den undersøgte årsag eller indsats kan være medvirkende til at skabe en observeret virkning eller effekt.⁸⁰ Relateret hertil vil udfordringen i dette speciale være at sikre, at en eventuel effekt på de lediges stressniveau eller forekomsten af stress blandt ledige kan tilskrives det undersøgte forebyggelsestiltag i de enkelte studier. Forskningsdesignet indenfor den forklarende forskningstype er ofte eksperimentelt, hvor især det randomiserede, kontrollerede studie (RCT-studie) ofte anvendes, idet dette forskningsdesign netop er effektivt til at afgøre kausaliteten mellem intervention og virkning. Dette skyldes randomiseringen, hvor deltagere fordeles tilfældigt i en eksperiment- og kontrolgruppe, hvilket reducerer risikoen for confounding,⁸⁰ og dermed øger muligheden for at afgøre kausalitet. Andre forskningsdesigns indenfor den forklarende forskningstype er andre eksperimentelle designs såsom

ikke-randomiserede eller ikke-kontrollerede studier samt observationelle studier som kohortestudier.⁸⁰ På baggrund heraf vil både eksperimentelle og observationelle studier kunne bidrage med viden om effekter af forebyggelsestiltag målrettet stress blandt ledige, hvorfor disse designs vil være relevante at inkludere i besvarelsen af specialets problemformulering.

5.2 Systematisk review som metode

Specialets formål er at bidrage med anbefalinger til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark gennem udarbejdelsen af et evidensbaseret beslutningsgrundlag. Systematiske reviews er en metode til at sammenfatte og syntetisere allerede eksisterende viden på et område.⁸¹ På baggrund heraf udarbejdes et systematisk review til at besvare første forskningsspørgsmål, da et systematisk review kan bidrage til at skabe overblik over og sammenfatte den eksisterende viden om effekten på stress af strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag målrettet ledige. Det systematiske review i dette speciale skal således bidrage til at besvare reviewspørgsmålet: *Hvilken effekt ses af strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag målrettet ledige målt på forekomsten af stress blandt ledige eller lediges stressniveau?*

Systematiske reviews søger at dække behov for overblik i den store mængde af viden både indenfor og udenfor forskningsverdenen. Uden for forskningsverdenen retter systematiske reviews sig mod praktikere og ansvarlige aktører for retningslinjer og rammer for offentlige instanser.⁸¹ I relation til dette speciale vil den viden, som fremkommer af det systematiske review, anvendes til udarbejdelsen af et beslutningsgrundlag og denne vil primært rette sig mod aktører udenfor forskningsverdenen som beslutningstagerne i kommuner og staten. I et systematisk review anvendes en specifik og reproducerbar metode til at identificere, udvælge og kvalitetsvurdere studier, som kan bidrage til at besvare reviewspørgsmålet. De inkluderede studier analyseres og syntetiseres derefter for derved at besvare det opstillede reviewspørgsmål.⁷⁹

5.3 Indledende søgning

Idet gennemførslen af et systematisk review bør indledes med en indledende søgning i udvalgte databaser med fokus på at identificere eksisterende reviews indenfor problemfeltet,⁷⁹ er der foretaget en indledende søgning i forskellige databaser forud udarbejdelsen af dette review. En indledende søgning kan bidrage med viden om relevante begreber, aktører, forståelse og videns-

huller indenfor et emnefelt.⁸² Den indledende søgning er dels udført som ustrukturerede søgninger i *Google Scholar* og dels som strukturerede søgninger i *Cochrane* og *PubMed* efter reviews og overblikartikler omhandlende forebyggelse målrettet ledige, kombineret med kædesøgninger i den fundne litteratur. Formålet med den indledende søgning har været at afdække problemfeltet og centrale begreber omkring forebyggelse af stress blandt ledige og bidrage med litteratur til problemanalysen. Den indledende søgning har bl.a. bidraget med viden om eksisterende systematiske reviews og andre overblikartikler omhandlende forebyggelse blandt ledige, hvilket har bidraget til at identificere et behov for udarbejdelsen af et systematisk review over eksisterende forebyggelsesindsatser målrettet ledige med stress som outcome.

5.4 Inklusions- og eksklusionskriterier

I udarbejdelsen af et systematisk review opstilles en liste med entydige inklusionskriterier, som beskriver de kriterier, de enkelte søgeresultater skal opfylde for at være relevante.⁸³ Opstillingen af inklusionskriterier er central, da disse bidrager til at holde fokus i gennemlæsningen af søgeresultaterne samt gør søgeprocessen transparent for læseren og dermed øge validiteten af det systematiske review,⁸³ hvorfor der forud for den systematiske søgning er opstillet klare in- og eksklusionskriterier (tabel 1). Søgeresultater, som ikke opfylder disse kriterier, ekskluderes. Inklusionskriterierne for population, intervention og outcome tager udgangspunkt i review-spørgsmålet og derudover er det væsentligt at definere, hvilke studiedesigns, der inkluderes⁸³ samt andre inklusionskriterier som publikationstype, sprog og geografi.

	Inklusion	Eksklusion
Population:	Ledige, defineret som personer, der modtager dagpenge (eller en tilsvarende ydelse)	Personer med fysiske eller psykiske lidelser Flygtninge Personer udenfor arbejdsmarkedet, som modtager anden ydelse end dagpenge, herunder kontanthjælp eller sygedagpenge*
Intervention:	Forebyggelsestiltag, indsatser, interventioner, programmer eller strategier, som kan karakteriseres som strukturelle, primære eller sekundære forebyggelsestiltag målrettet ledige.	Forebyggelsestiltag, som ikke vurderes implementerbare i dansk kontekst**
Outcome:	Stressniveau Distress-niveau Forekomst af stress	Wellbeing Mentalt helbred Angst Depression
Studiedesign:	Eksperimentelle og observationelle studier	
Publikations-type:	Primære studier	
Sprog:	Engelsk, dansk, svensk og norsk	
Geografi:	Alle lande	
* Er ydelsen ikke angivet, ses på ledighedsvarigheden. Studier med en gennemsnitlig ledighedsvarighed >2 år i studiepopulationen ekskluderes, da det vurderes sandsynligt, at hele eller en betydelig del af studiepopulationen modtager andre ydelser end dagpenge eller en tilsvarende ydelse. ** Vurderes ved gennemlæsning		

Tabel 1: Prædefinerede inklusions- og eksklusionskriterier til udvælgelse af studier

Med udgangspunkt i målgruppen for dette speciale (afsnit 2.3), inkluderes i relation til *population* studier, hvor målgruppen er ledige, defineret som personer, der modtager dagpenge eller anden tilsvarende ydelse. Herunder inkluderes også studier, hvor målgruppen er undergrupper af ledige, f.eks. mænd, kvinder, unge eller ældre. Da modtagere af kontanthjælpsmodtagere er udenfor målgruppen i dette speciale grundet dét, at denne gruppe ofte har forskellige barrierer for at komme i job,³⁶ ekskluderes studier med denne målgruppe. Derudover ekskluderes studier, hvor målgruppen er ledige sygedagpengemodtagere, flygtninge eller personer med fysiske eller psykiske lidelser, idet disse undergrupper af ledige vurderes at kunne have andre potentielle barrierer for at komme i beskæftigelse.

I relation til *intervention* inkluderes studier, hvor interventionen kan anskues som et strukturelt, primært eller sekundært forebyggelsestiltag, da målet er at inkludere alle former og typer af forebyggelse. Strukturelle forebyggelsestiltag er tiltag, som gennem lovgivning, styring eller regulering påvirker de rammer, som ledige lever i.⁶⁹ Primære forebyggelsestiltag er tiltag, som søger at hindre, at ledige oplever stress og sekundære forebyggelsestiltag er tiltag, som søger at opspore og begrænse stress blandt ledige.⁶⁸ Efter gennemlæsning af artikler og før den kritiske kvalitetsvurdering, foretages en vurdering af, hvorvidt interventionen i et studie er implementerbar i dansk kontekst. Såfremt en intervention vurderes ikke-implementerbar i Danmark, vil der eksplicit argumenteres herfor og studiet ekskluderes.

Studier, hvor *outcome* er stressniveau eller forekomst af stress, inkluderes uanset hvilket måleredskab der er anvendt. Internationalt anvendes også begrebet *distress* om oplevelsen af stress,⁸⁴ hvorfor også studier, hvor distress indgår som outcome, inkluderes. Studier, hvor psykologiske effekter er målt ved angivelse af wellbeing, mental helbred, depression eller angst, ekskluderes, såfremt stress eller distress ikke indgår som et særskilt outcome.

Studier med et eksperimentelt eller observationelt studiedesign inkluderes, da det er denne type studiedesigns, der kan bidrage til at besvare problemformulering. Alle typer af primære studier inkluderes. Reviews og overblikartikler inkluderes ikke, da disse er identificeret i den indledende søgning. Artikler på engelsk, dansk, svensk og norsk inkluderes, da det er de sprog, som beherskes af udarbejderne af reviewet. Der er ingen in- eller eksklusionskriterier ift. geografi, idet der i stedet som ovenfor beskrevet udføres en konkret vurdering af de enkelte indsatsers implementerbarhed i dansk kontekst.

5.5 Søgestrategi

Da systematiske reviews kræver en objektiv og reproducerbar søgning,⁷⁸ hvilken kan sikres gennem dokumenteret søgestrategi, er søgestrategien i dette systematiske review dokumenteret i et søgebilag (bilag 1). En søgestrategi udgør den formaliserede beskrivelse af fremgangsmåden i en søgeopgave og formålet hermed er at give dokumentation for den udførte søgning, som sikrer, at søgningen er reproducerbar, transparent og objektiv.⁸⁵

I en søgestrategi kan fokus være på at opnå høj genfinding eller høj præcision, hvor præcision angiver forholdet mellem identificerede relevante hits ift. det samlede antal hits, mens genfinding er antallet af relevante hits i én database ift. det samlede antal hits i databasen.⁸⁶ Præcision og genfinding vil være omvendt proportionelle, idet en høj præcision kan betyde lavere genfinding og eventuelle relevante studier identificeres ikke, mens høj genfinding, vil reducere præcisionen i en søgning. Er der en kort tidshorisont for et projekt, kan det være relevant at fokusere på at opnå høj præcision i søgningen, da høj genfinding er mere tidskrævende grundet større andel af irrelevante hits, som skal screenes.^{85,86} I dette speciale vægtes det grundet en kort tidshorisont og begrænset mængde arbejdsressourcer at fokusere på at opnå høj præcision i søgningen. Dette gøres ved, at der udføres en grundig indledende søgning, hvor relevante og centrale begreber identificeres og disse anvendes i søgningen samt ved at søge i flere databaser.

5.5.1 Bloksøgning

Opbygningen af den systematiske søgning kan med fordel tage udgangspunkt i PICO-modellen.⁷⁸, som er en bloksøgningsmetode, der kan medvirke til at sikre at relevante elementer fra søgespørgsmålet indgår i søgningen.⁸³. Bloksøgninger udgør dermed et nyttigt redskab til at bevare overblikket og sikre systematikken i større søgninger,⁸⁵ hvorfor PICO-modellen anvendes i opbygningen af søgningen i dette review.

PICO er en forkortelse for *Population*, *Intervention*, *Comparison* og *Outcome*, som udgør de fire søgeblokke i en søgning.^{78,83} I dette speciale søges det at opnå viden om effekter på stress af forebyggelsestiltag målrettet ledige uden en specifik sammenligningsintervention, men i stedet vil der i de fleste studier formentlig sammenlignes med ledige, som ikke tilbydes indsatsen, hvorfor *comparison* udelades. *Populationen* er ledige, mens *interventionen* er strukturelle, primære eller sekundære forebyggelsestiltag målrettet ledige. *Outcome* er stressniveau, distress-niveau eller forekomsten af stress blandt ledige (tabel 2). Disse overordnede begreber danner udgangspunktet for valg af søgeord og opbygningen af den systematiske søgning.

Population	Intervention	Outcome
Ledige	Strukturelt, primært eller sekundært forebyggelsestiltag	Stressniveau eller distress-niveau Forekomst af stress

Tabel 2: Overordnede begreber for de tre søgeblokke opstillet ud fra PICO-modellen

I opbygningen af den systematiske søgning kombineres søgetermerne og søgeblokkene med boolske operatører. En søgning kan kombineres med "OR", for derved at fremsøge hits, der indeholder én eller flere af søgetermerne og med "AND", hvormed søgninger, som indeholder søgetermer fra alle søgeblokke, fremsøges.^{85,86} I bloksøgninger, som er søgestrategien for dette speciale, anvendes "OR" til at kombinere de synonyme søgetermer indenfor samme søgeblok, mens AND anvendes til at kombinere de tre søgeblokke.

5.5.2 Databaser

For at opnå en udtømmende søgning, bør søgningen foretages i flere forskellige databaser,⁸³ da dette vil medvirke til at identificere mest mulig relevant evidens.⁷⁸ Til at afdække den eksisterende evidens indenfor problemfeltet i dette speciale inddrages både medicinske, psykologiske, sociologiske og samfundsvidenskabelige databaser.

Embase er den største database indenfor medicin og biomedicin og *PubMed* er ligeledes en omfattende database indenfor biomedicin og sundhed^{83,87}, hvorfor disse udvælges som databaser for det medicinske felt. Litteratur fra disse databaser forventes at bidrage med viden om især individrettede forebyggelsestiltag. *PsycInfo* dækker det psykologiske felt⁸³ og litteratur herfra forventes at bidrage med viden om individrettede forebyggelsestiltag herunder især tiltag med psykologi-fagligt indhold. Derudover søges der i den tværvidenskabelige databaseplatform *ProQuest*, som indeholder 26 databaser indenfor især det sociologiske og samfundsvidenskabelige felt.⁸⁷ Litteraturen herfra forventes især at være relevant ift. at identificere strukturelle forebyggelsestiltag. Endvidere afsøges de tværvidenskabelige databaser *Scopus* og *Web of Science*, da disse har en bred tværvidenskabelig dækning indenfor både det medicinske felt samt samfunds-, natur- og socialvidenskab.^{83,87} Disse databaser forventes at kunne bidrage med litteratur indenfor hele problemfeltet.

5.5.3 Søgetermer

Indenfor søgetermer skelnes mellem kontrollerede emneord og frittekstsøgeord. Hver enkel reference tildeles kontrollerede emneord af databaseproducenten, hvilket sikrer, at referencer indenfor samme emne indekseres ensartet. De kontrollerede emneord er hierarkisk ordnet i en thesaurus, som viser hvorledes kontrollerede emneord relaterer sig til hinanden. Frittekstsøgeord er

ord eller sammensætninger af ord, der søges på i udvalgte felter f.eks. titel, abstract eller i alle felter⁸⁵. I et systematisk review bør kontrollerede emneord og fritekstsøgeord kombineres i søgningen, for at sikre at søgningen bliver udtømmende,⁷⁸ hvorfor søgningen i dette review er opbygget som en kombination af kontrollerede emneord og fritekstsøgeord.

Da der bør anvendes samme søgestrategi på tværs af databaser i et systematisk review, herunder være transparens og overensstemmelse i søgetermerne,⁷⁸ er der så vidt muligt anvendt samme søgestrategi i de seks databaser. Samtidig er det dog vigtigt, at søgningen tilpasses hver enkel database, da de kontrollerede emneord og den tilhørende tesaurus vil differentiere mellem databaserne,⁸⁵ hvorfor søgningen i dette review differentierer mellem og er tilpasset databaserne. Forskelle i databaserne betyder, at det i opbygningen af en søgestrategi er vigtigt at afsøge de kontrollerede emneord i de forskellige databaser, således de mest dækkende og relevante ord vælges, hvilket dermed bidrager til at sikre høj præcision i søgningen.⁸³ I udarbejdelsen af dette review udføres derfor en omfattende indledende afsøgning af nøglebegreber for hver af de tre søgeblokke. Relevante søgetermer og kontrollerede emneord kan identificeres gennem afsøgning af anvendte nøgleord og -begreber i fundne artikler i den indledende søgning samt i de artikler, som en kædesøgning i disse artikler kan lede til. Hvorvidt disse nøgleord og -begreber udgør kontrollerede emneord, undersøges ved at søge i tesaurussen i den enkelte database, for derved at afgøre om emneordet er dækkende og relevant for problemstillingen.⁸³ Til at identificere relevante søgetermer i dette review udføres derfor først en afsøgning af nøgleord i de eksisterende reviews, som er identificeret i den indledende søgning samt i artikler, som kædesøgning i disse reviews leder til. Herefter undersøges tesaurussen i de enkelte databaser for dækkende kontrollerede emneord for disse identificerede nøgleord og -begreber. Idet der ikke findes en tesaurus i de tre tværvideenskabelige databaser *ProQuest*, *Web of Science* og *Scopus*, er det ikke muligt at søge på kontrollerede emneord i disse, hvorfor søgningen udelukkende opbygges af fritekstsøgeord i disse.

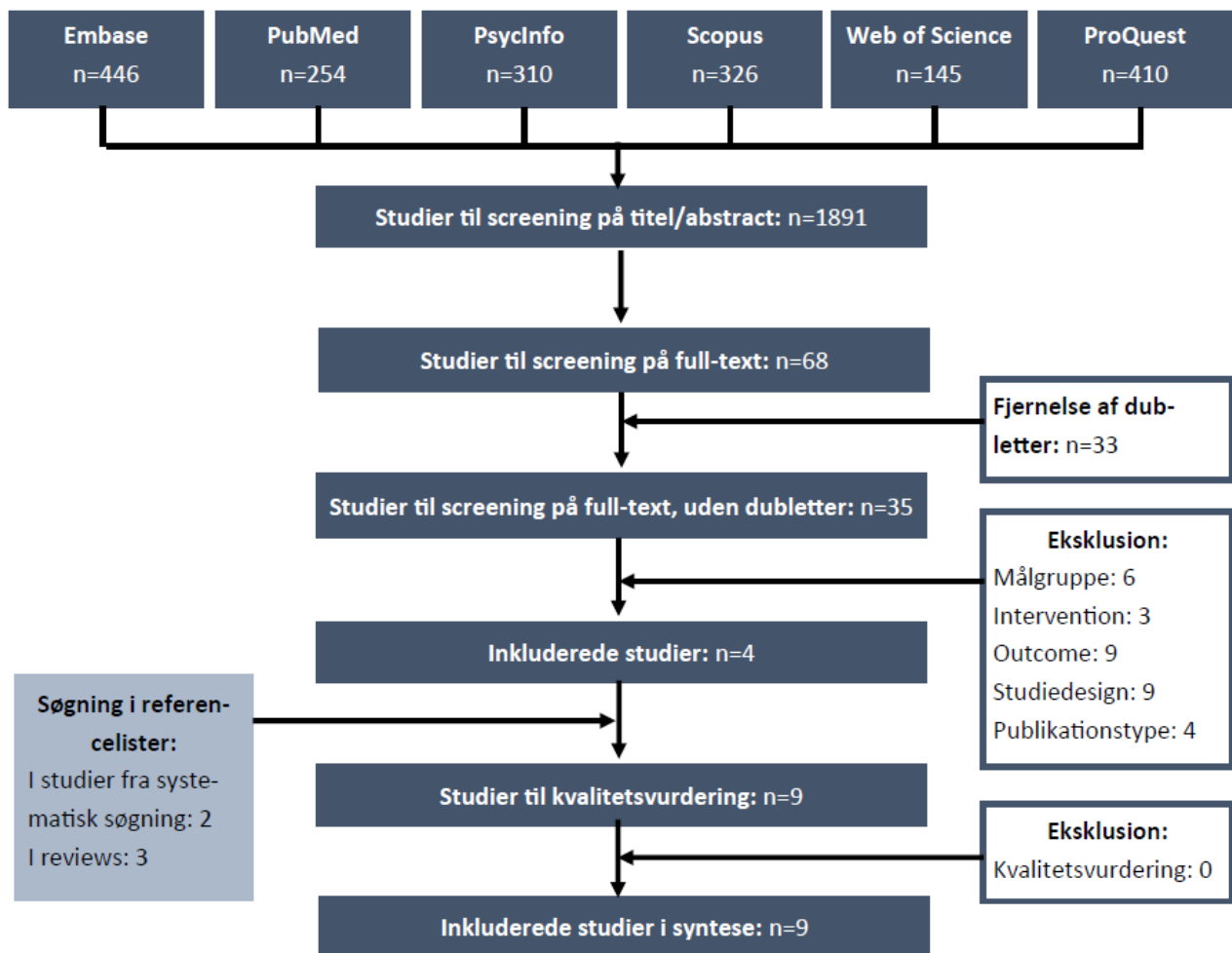
I indledende søgninger afsøges det for hver database endvidere, hvilke felter, der bør søges i. Søges i alle felter fremfor udvalgte felter øges genfindingen, men der er også risiko for en del irrelevante hits, hvilket øger risikoen for fejl i udvælgelsen.⁸³ De indledende søgninger viste, at søgning i alle felter i de tværvideenskabelige databaser *ProQuest*, *Web of Science* og *Scopus* medførte en betydelig mængde irrelevante hits, hvorfor der i disse søges i felterne *titel*, *abstract* og *keywords*, mens der i de øvrige tre sundhedsfaglige databaser søges i alle felter.

5.5.4 Søgning i referencelister

For at sikre at der ikke findes relevante studier, som ikke er blevet identificeret i den systematiske søgning, anbefales det ifølge The Cochrane Handbook⁷⁸ og Booth et al.⁷⁹, at der udføres referencelistesøgning i tidligere publicerede reviews samt i de inkluderede studier fra den systematiske søgning. I referencelistesøgningen gennemgås referencelisterne systematisk, hvor der identificeres litteratur, der opfylder de opstillede in- og eksklusionskriterier. På baggrund heraf foretages i dette review manuel søgning i referencelister i tidligere publicerede reviews indenfor problemfeltet,⁷²⁻⁷⁷ hvilke er identificeret i den indledende søgning. I tillæg hertil foretages manuel søgning i referencelisterne i de artikler, som inkluderes på baggrund af den systematiske søgning.

5.5.5 Udvælgelse af studier

Udvælgelsen af studier bør foregå på en systematisk måde, som skal medvirke til at sikre, at alle relevante studier inkluderes og ikke-relevante studier ekskluderes, hvor de prædefinerede in- og eksklusionskriterier er afgørende for at sikre denne systematik og er styrende for udvælgelsen.⁷⁹ Systematikken i udvælgelsen kan endvidere sikres ved at udvælgelsen af studier opdeles i faser.^{78,79} I dette review foretages derfor først relevansscreening ud fra titel og abstract for hvert søgeresultat med udgangspunkt i de opstillede in- og eksklusionskriterier (tabel 1). De studier, som vurderes relevante føres efterfølgende over i referencehåndteringssystemet *RefWorks*, hvor dubletter fjernes. Ved næste screening gennemlæses hele teksten i tilbageværende søgeresultater, og resultaternes relevans for reviewspørgsmålet vurderes ud fra in- og eksklusionskriterierne. Ved denne fase noteres årsag til eksklusion for hvert søgeresultat, der ekskluderes. Udvælgelsesprocessen og resultaterne heraf er illustreret i flowdiagrammet i figur 2.



Figur 2: Flowdiagram over udvælgelsen af studier

Søgningen gav samlet 1891 resultater til screening på titel og abstract. Heraf blev 35 fundet relevant til screening på fuld tekst efter fjernelse af dubletter. Ud af disse blev 31 ekskluderet på baggrund af de opstillende in- og eksklusionskriterier. Referencesøgning i de fire inkluderede studier samt i tidligere publicerede reviews bidrog med yderligere fem studier som opfyldte in- og eksklusionskriterierne.

5.6 Kvalitetsvurdering og dataekstraktion

Efter udvælgelsen foretages kritisk kvalitetsvurdering af de inkluderede studier med udgangspunkt i relevante kvalitetsvurderingsredskaber. Som anbefalet i The Cochrane Handbook⁷⁸ anvendes *RoB II*⁸⁸ til kvalitetsvurderingen af RCT-studier, mens *ROBINS-1*⁸⁹ anvendes til øvrige ikke-randomiserede studier (bilag 2). Formålet med kvalitetsvurderingen er at undersøge risikoen for bias i de enkelte studier og dermed bidrage til en vurdering af studiernes reliabilitet og validitet.⁷⁹ Kvalitets-

vurderingen af de enkelte studier fremgår af matricerne i afsnit 6.1. Studier med ikke-randomiseret studiedesign, som i den kritiske kvalitetsvurdering med afsæt i *ROBINS-1* vurderes at have *kritisk risiko for bias*, ekskluderes, idet studier med denne kvalitetsvurdering ifølge The Cochrane Handbook⁷⁸ ikke bør inkluderes i en syntese.

Dataekstraktion udgør det næste trin i reviewprocessen. Til at sikre systematik i dataekstraktionen udføres denne med udgangspunkt i en struktureret dataekstraktionsformular (bilag 3), som er udarbejdet med inspiration fra The Cochrane Handbook⁷⁸ og Booth et al.,⁷⁹ idet en konsistent og formaliseret metode til dataekstraktion er essentiel ift. at demonstrere systematik igennem hele reviewprocessen.⁷⁹

5.7 Analyse- og syntesestrategi

I dette speciale udarbejdes en aggregeret syntese, idet aggregerede synteser kan bidrage til at kortlægge eksisterende interventioner⁷⁹ og formålet med dette systematiske review er netop at kortlægge eksisterende forebyggelsesindsatser målrettet ledige og disse indsatsers effekt på stress. Idet alle typer af forebyggelsesindsatser inkluderes, forventes det, at der vil være heterogenitet ift. f.eks. interventionernes indhold. I tilfælde af stor heterogenitet i de inkluderede studier, bør syntesen være narrativ dvs. syntesen formuleres i ord frem for tal,⁹⁰ hvorfor der udføres en narrativ syntese.

Indledningsvist i analysen overføres den ekstraherede data fra dataekstraktionsformularerne til matricer, hvor informationen fra artiklerne opdeles i temaer. Udarbejdelsen af matricer som en del af syntesestrategien kan derved bidrage med at skabe overblik over indholdet i artiklerne.⁹¹ Syntetiseringen af data fra de forskellige studier foretages derefter med udgangspunkt i matricerne, hvor analysen sker på tværs af artiklernes indhold med udgangspunkt i temaerne i matricen⁹¹ samt forskelle og ligheder mellem de enkelte studier.

For at kunne vurdere, hvordan forebyggelsesindsatserne i de forskellige inkluderede studier bør vægtes i anbefalingerne til forandring af forebyggelsen, er det nødvendigt at foretage en syntese af studiernes kvalitet samt metodologiske tilgang, idet kvalitet og metodologi vil have betydning for robustheden af studiernes resultater. I analysen af forskelle og ligheder mellem forebyggelsesindsatser syntetiseres information om indsatsernes indhold og effekt og det analyseres, hvilke typer

af indsatser, der eksisterer. Derudover analyseres, hvilke socioøkologiske niveau, de kan forventes at intervenere på med udgangspunkt i Dahlgreen og Whiteheads⁴⁴ socioøkologiske model. Syntesen vil således bero på en tværgående analyse ud fra temaerne: *Studiernes kvalitet og metode, ligheder og forskelle i forebyggelsesindsatserne og effekterne heraf samt socioøko­logisk niveau.*

6. Syntese og analyse

I dette afsnit foretages en tværgående analyse af de inkluderede studier, hvilket skal bidrage til at besvare første forskningsspørgsmål: *Hvilken effekt ses af strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag målrettet ledige målt på forekomsten af stress blandt ledige eller lediges stressniveau?*

Gennem den systematiske søgning suppleret med søgning i referencelister blev der identificeret ni studier, som opfyldte de opstillede in- og eksklusionskriterier. Fire af disse blev identificeret i den systematiske søgning.⁹²⁻⁹⁵ To studier^{96,97} blev identificeret ved manuel søgning i referencelisterne i disse fire. Yderligere tre studier⁹⁸⁻¹⁰⁰ blev identificeret ved manuel søgning i referencelisterne i tidligere publicerede reviews. Ingen studier ekskluderes på baggrund af kritisk kvalitetsvurdering, hvorfor alle ni studier inkluderes i syntesen. Af tabel 3 fremgår de ni inkluderede studier.

	Artikel	Studiedesign
1	Creed, P. A., Hicks, R. E. & Machin, M. A. (1998) ⁹² <i>Behavioural plasticity and mental health outcomes for long-term unemployed attending occupational training programmes</i>	Ikke-randomiseret kontrolleret studie
2	Creed, P. A., Machin, M. A., & Hicks, R. E. (1999) ¹⁰⁰ <i>Improving mental health status and coping abilities for long-term unemployed youth using cognitive behavior therapy based training interventions</i>	Ikke-randomiseret kontrolleret studie
3	Hodzic, S., Ripoll, P. & Bernal, C. (2015) ⁹³ <i>The Effects of Emotional Competences Training among Unemployed Adults: A Longitudinal Study</i>	RCT
4	Sage, D. (2015) ⁹⁹ <i>Do Active Labour Market Policies Promote the Well-Being, Health and Social Capital of the Unemployed? Evidence from the UK.</i>	Tværsnitsstudie
5	Saloniemi, A., Romppainen, K., Strandh, M. & Virtanen, P. (2014) ⁹⁸ <i>Training for the unemployed: differential effects in white- and blue-collar workers with respect to mental well-being</i>	Ikke-kontrolleret studie
6	Vinokur, A. D., Price, R. H. & Schul, Y. (1995) ⁹⁷ <i>Impact of the JOBS Intervention on Unemployed Workers Varying in Risk for Depression</i>	RCT
7	Vuori, J., Price, R. H., Mutanen, P. & Malmberg-Heimonen, I. (2005) ⁹⁴ <i>Effective Group Training Techniques in Job-Search Training</i>	Kohortestudie
8	Vuori, J., Silvonen, J., Vinokur, A. D. & Price, R. H. (2002) ⁹⁵ <i>The Työhön Job Search Program in Finland: Benefits for the Unemployed With Risk of Depression or Discouragement</i>	RCT
9	Vouri, J. & Vesalainen, J. (1999) ⁹⁶ <i>Labour market interventions as predictors of re-employment, job seeking activity and psychological distress among the unemployed</i>	Kohortestudie

Tabel 3: Oversigt over de ni studier, som indgår i syntesen i dette systematiske review samt studiernes studiedesign

6.1 Matricer

Formålet med nedenstående matricer er at skabe overblik over indholdet i de inkluderede studier. Af matricerne fremgår informationer om studierne samt studiernes formål, studiedesign, metode, outcome for stress, indsatsen, resultater og kvalitetsvurdering. Derudover fremgår, hvilke socioøkologiske niveauer, indsatsen vurderes at intervenere på.

Matrix 1

Behavioural plasticity and mental health outcomes for long-term unemployed attending occupational training programmes Creed, P. A., Hicks, R. E. & Machin, M. A. (1998)					
Land, formål, studiedesign og metode	Studiepopulation og outcomes	Indsats	Resultater	Socioøkonomisk niveau	Kvalitetsvurdering
Australien Undersøger effekter på det mentale helbred af langtidslediges deltagelse i et kursus med fokus på erhvervskompetencer og personlig udvikling sammenlignet med kontroller på venteliste Ikke-randomiseret kontrolleret studie med før- og eftermålinger (n=133) Intervention (n=62) Kontrol (n=71) Selvrapporteret spørgeskema Målinger (int./kont. svar%): T1, første dag på kurset (100%/100%) T2, kursets sidste dag (100%/100%) T3, 3 mdr. efter kurset (63%/73%). Analysemetode MANOVA	<i>Inklusionskriterier:</i> Ledige registreret som arbejdssøgende og ledige >6 mdr. <i>Karakteristika (int./kont.):</i> Ledighedsvarighed: > 6 mdr: 89%/100% Køn, mænd: 52%/56% Aldersgennemsnit: 33 år/33 år <i>Outcome for stress:</i> Psykologisk distress: GHQ-12	<i>Skillshare</i> arbejdsforberedende program <i>Intervention:</i> Formålet var at give deltagerne færdigheder til at opnå og varetage betalt beskæftigelse. Kurserne inkluderede en kombination af tilegnelse af erhvervskompetencer (f.eks. computerviden og maskinskrivning) og personlig udvikling (f.eks. selvpleje, kommunikation og forberedelse til jobsamtaler). Fuldtidskurser af varighed mellem 4-7 uger. Gruppetræning. Klasserumsbaseret med kombination af lektioner, øvelser og gruppediskussioner. <i>Kontrol:</i> Ledige på venteliste til kurset	<i>Resultater ift. stress:</i> Signifikant ($P<0,01$) forskel i distress mellem interventions- og kontrolgruppen ved T2. Signifikant ($p<0,001$) forskel i distress mellem T1 og T2. Signifikant ($p>0,001$) interaktionseffekt (gruppe x tid), hvormed der alt i alt ses en effekt af kurset i reduktion af distress ved T2. Denne effekt vedblev ikke ved T3.	Leve- og arbejdsvilkår Sociale forhold Individuelle faktorer	<i>Tjekliste:</i> ROBINS-1 <i>Kvalitet:</i> Serious risk of bias/NI <i>Svagheder:</i> Intet beskrevet om måling og kontrol af confounding (NI i domænet: Confounding). Baggrund for fordelingen af deltagere og kontroller ikke beskrevet. Lav svarprocent ved T3. Bortfaldsanalyse viser forskel på fire parametre, hvilket der ikke justeres for. Selvrapporteret data, deltagere ikke blindet. <i>Styrker:</i> Relevant og velfrapporteret bortfaldsanalyse. Velbeskrevet og velfrapporteret analysestrategi.

Matrix 2

<i>Improving mental health status and coping abilities for long-term unemployed youth using cognitive behavior therapy based training interventions</i> Creed, P. A., Machin, M. A., & Hicks, R. E. (1999).					
Land, formål, studiedesign og metode	Studiepopulation og outcomes	Indsats	Resultater	Socioøkonomisk niveau	Kvalitetsvurdering
Australien Undersøger effekten et 3-dages kursus målrettet unge langtidsledige indeholdende elementer fra den kognitive adfærdsterapi (CBT) Ikke-randomiseret kontrolleret studie med før- og eftermålinger (n=65) Intervention (n=43) Kontrol (n=22) Selvrapporteret spørgeskema <i>Målinger (int./kont. svar%):</i> T1, før indsats (100%/100%) T2, lige efter indsats (88%/100%) T3, 14-16 uger efter indsats (51%/45%). <i>Analysemetode:</i> ANOVA	<i>Inklusionskriterier:</i> At møde kriterierne for at deltage i statsstøttede arbejdsmarkedsindsatser. <i>Karakteristika:</i> Ledighedsvarighed: Alle >12 mdr. Køn, mænd: 54% Aldersgennemsnit: 19 år (16,9-23,8 år) <i>Outcome for stress:</i> Psykologisk distress: GHQ-12	CBT-indsats <i>Intervention:</i> Formålet var at forbedre trivsel og mental sundhed samt give deltagerne mestringsevner, der skal bidrage til at de bedre kan håndtere fremtidige følelsesmæssige udfordringer. 3-dages program, i alt 15 timer. Gruppebaseret. Ingen oplysninger om undervisningsmetoder. <i>Kontrol:</i> Langtidsledige unge fra samme region, der møder kriterierne for at deltage i statsstøttede beskæftigelsesindsatser, men ikke tilbydes indsatsen	<i>Resultater ift. stress:</i> Signifikant ($p<0,01$) forskel i distress mellem interventions- og kontrolgruppen ved T2. Denne forbedring af distress ved T2 vedblev ikke ved T3. Subgruppeanalyse: De, som rapporterede højere niveauer af distress før indsatsen oplevede en signifikant ($p<0,05$) større reduktion i distress end de, som rapporterede lavere niveauer af distress før indsatsen.	Sociale forhold Individuelle faktorer	<i>Tjekliste:</i> ROBINS-1 <i>Kvalitet:</i> Serious risk of bias/NI <i>Svagheder:</i> Intet beskrevet om måling og kontrol af confounding (NI i domænet: Confounding) Baggrund for fordelingen af deltagere og kontroller er ikke beskrevet. Lav svarprocent ved T3 i begge grupper. Selvrapporteret data, deltagerne ikke blindet. <i>Styrker:</i> Relevant og velrapporteret bortfaldsanalyse, som viste ingen signifikante forskelle mellem dropouts og deltagere ved T3. Velbeskrevet og velforberet analysestrategi.

Matrix 3

The Effects of Emotional Competences Training among Unemployed Adults: A Longitudinal Study Hodzic, S., Ripoll, P. & Bernal, C. (2015)					
Land, formål, studiedesign og metode	Studiepopulation og outcomes	Indsats	Resultater	Socioøkonomisk niveau	Kvalitetsvurdering
Spanien Undersøger om træning i følelsesmæssige kompetencer (EC) vil øge niveauet af oplevet EC blandt ledige samt hvorvidt ledighedsvarigheden vil moderere effekten af træningen og om ændringer i oplevet EC kan prædiktere ændringer i niveauet af oplevet stress, somatiske klager, mental helbred og humør. RCT (n=75) Intervention (n=41) Kontrol (n=34) Randomiseret fordeling Selvrapporteret spørgeskema <i>Målinger (int./kont., svar%)</i> T1, før indsats (100%/100%) T2, 1 mdr. efter indsats (100%/100%) T3, 6 mdr. efter indsats (93%/76%) <i>Analysemetode:</i> ANCOVA	<i>Eksklusionskriterier:</i> Har del- eller fuldtidsarbejde, manglende motivation for interventionsprocessen, stort forudgående kendskab til EC, anden planlagt psykologisk forløb, stof- eller alkoholafhængighed, brug af psykofarmaka. <i>Karakteristika (int./kont.):</i> Ledighedsvarighed, gennemsnit: 17,3/16,4 mdr. Køn, mænd: 7%/21% Aldersgennemsnit: 32,7/36,4 år <i>Outcome for stress:</i> Stress: Perceived Stress Scale (PSS), spansk version (Desuden GHQ-12, men her anvendt om mental helbred).	Træning af følelsesmæssige kompetence (EC) <i>Intervention:</i> EC referer til evnen til at identificere, forstå, udtrykke, styre og bruge egne og andres følelser. Indhold i interventionens seks moduler: Introduktion til EC, forstå følelser og brug dem, regulere egne følelser, regulere andres følelser og konflikthåndtering, teknikker til at nedregulere ubehagelige følelser samt teknikker til at opregulere positive følelser. 2½ dag, i alt 15 timer. Gruppebaseret på hold af 8-12 personer. Undervisningen bestod af oplæg, gruppediskussioner, øvelser arbejde i par mv. <i>Kontrol:</i> Ingen intervention, tilbudt interventionen efterfølgende.	<i>Resultater ift. stress:</i> NB: Den direkte effekt af interventionen på stress er ikke beregnet. Afrapporterer kun gennemsnit og SD for stress (målt ved PSS) og GHQ-12 ved de tre tidspunkter for hhv. interventions- og kontrolgruppen uden analyse af, hvorvidt der er signifikant forskel mellem disse gennemsnit. Ingen signifikant effekt på EC i interventionsgruppen. Ændring i EC udgør en signifikant prædiktør for ændringer i stress (målt ved PSS) og GHQ-12	Sociale forhold Individuelle faktorer	<i>Tjekliste:</i> RoB II <i>Kvalitet:</i> Some concerns <i>Svagheder:</i> Ingen information om, hvordan randomisering er foregået. Deltagere og undervisere ikke blindet. Ingen bortfaldsanalyse og dermed ingen viden om hvorvidt drop-outs adskiller sig fra deltagerne. Selvrapporteret spørgeskema, hvor besvarelser kan være påvirket af viden om interventionsgruppe. <i>Styrker:</i> Randomisering udført antageligvis blindet for deltagere frem til interventionsstart. Valide måleredskaber. Fuld svarprocent ved T2. Velbeskrevet intervention. Relevant og selvrapporteret analysestrategi.

Matrix 4

Do Active Labour Market Policies Promote the Well-Being, Health and Social Capital of the Unemployed? Evidence from the UK. Sage, D. (2015)					
Land, formål, studiedesign og metode	Studiepopulation og outcomes	Indsats	Resultater	Socioøkonomisk niveau	Kvalitetsvurdering
Storbritannien Undersøger de ikke-økonomiske effekter af ALMP's (beskæftigelsesindsatser under den aktive beskæftigelsesindsats), herunder effekter på trivsel, fysisk helbred og social kapital. Tværsnitsstudie (n=102.888-186.442) <i>Målinger:</i> Data er fra <i>British Household Panel Survey (BHPS)</i> og dennes efterfølger <i>Understanding Society (USoc)</i>, som udgør en repræsentativ panelspørgeskemaundersøgelse af britiske husstande startende i 1991 med gentagende målinger siden. Data fra forskellige "bølger" af undersøgelsen er poollet til en stor sample-size (n=102.888-186.442). Samplesize varierer i hver model, alt efter antal besvarelser for hver variabel. <i>Analysemetode:</i> Regressionsanalyser	<i>Inklusionskriterier:</i> Fremgår ikke. <i>Karakteristika:</i> Ledighedsvarighed: Ikke angivet Køn: Ikke angivet Alder: 18-65-årige er inkluderet, fremgår ikke mere præcist. <i>Outcome for stress:</i> Psykologisk distress: GHQ-12	Forskellige indsatser under den aktive beskæftigelsesindsats (ALMP). <i>Intervention:</i> Alle typer af aktiveringsindsatser til ledige, som er relateret til arbejdsmarkedet, indgår. Disse kan være udformet på mange forskellige måder og med forskelligt indhold, f.eks. træning af erhvervskompetencer, andre træningskurser, intensive programmer om jobsøgning, arbejdsprøvning, praktik, frivilligt arbejde, adfærdsprogrammer m.fl. Varighed, metode og om det er individuelle eller gruppebaserede indsatser, er ikke afdækket i studiet, men formodes at variere mellem indsatserne <i>Kontrol:</i> Der sammenlignes med andre beskæftigelsesgrupper, herunder ledige, der er i såkaldt <i>open unemployment</i>, dvs. ledige uden indsats samt med personer i betalt arbejde, pensionister, sygemeldte, selvstændige m.fl.	<i>Resultater ift. stress:</i> Ift. ledige, der ikke deltager i ALMP-indsatser, er deltagere i ALMP-indsatser (ref.) mere tilbøjelige til at rapportere lavere niveauer af distress (-1,664, p<0,001). Der findes ingen signifikant forskel ift. distress mellem deltagere i ALMP-indsatser og personer i andre beskæftigelsesgrupper.	Leve- og arbejdsvilkår (Sociale forhold) Individuelle faktorer	<i>Tjekliste:</i> ROBINS-1 <i>Kvalitet:</i> Serious risk of bias/Ni <i>Svagheder:</i> Risiko for residual confounding, da der ikke kan kontrolleres for f.eks. distress før ALMP. Selvrapporteret data. Ingen information om missing data eller bortfaldsanalyse (NI i domænet: Missing data) <i>Styrker:</i> Alle kvalificerede deltagere er inkluderet i analysen. Veldefineret intervention. Relevant og velformenteret analysestrategi.

Matrix 5

Training for the unemployed: differential effects in white- and blue-collar workers with respect to mental well-being Salonienmi, A., Romppainen, K., Strandh, M. & Virtanen, P. (2014)					
Land, formål, studiedesign og metode	Studiepopulation og outcomes	Indsats	Resultater	Socioøkonomisk niveau	Kvalitetsvurdering
Finland Undersøger effekterne af forskellige konventionelle erhvervskompetence-kurser på deltageres mentale helbred samt eventuelle sammenhænge mellem effekter og socioøkonomisk status målt ved uddannelsesniveau og erhvervstype (white- og blue-collar workers) Ikke-randomiseret ukontrolleret studie med før- og eftermålinger (n=342) Selvrapporteret spørgeskema Målinger (svar%): T1, ved påbegyndelse af et kursus (100%) T2, ved afslutning af et kursus (n=62%) Analysemetode: ANOVA (ujusteret) og ANCOVA (justeret)	<i>Inklusionskriterier, deltagere:</i> Personer, som var tilmeldt forskellige erhvervskompetence-kurser i 2002 og 2003, hvor målgruppen var "raske" ledige <i>Inklusionskriterier, indsatser til studiet:</i> Udvælgelsen af kurser er ikke tilfældig, men valgt ud fra at opnå nogenlunde ligelig kønsfordeling og at alle uddannelsesniveauer er repræsenteret. På trods heraf opnås en repræsentativ studiepopulation ift. deltagerne i sådanne kurser generelt. <i>Karakteristika:</i> Ledighedsvarighed: 44% 0-6 mdr., 27% 7-12 mdr., 29% >12 mdr. Køn, mænd: 47% (T1), 39% (T2) Aldersgennemsnit: 36 år <i>Outcome for stress:</i> Psyko-social stress: 18 symptomer på en 4-score likert skala fra 1 (aldrig/sjældent) til 4 (ofte/altid), summeret i en Stress Symptom Score fra 18-72. Psykologisk distress: GHQ-12	24 forskellige konventionelle erhvervskompetence-kurser <i>Intervention:</i> Formålet med kurserne var at træne ledige i nye erhverv under hensyntagen til tidligere uddannelse og erfaring. Fire kurser havde til formål at forbedre og udvide funktionærers (white-collar) ekspertise og kvalifikationer, men størstedelen af kurserne omhandlede erhvervskompetence-træning i lønmodtager-erhverv (blue-collar) Varighed 3-24 mdr. Fremgår ikke om det er individuelle eller gruppebaserede forløb, men formodes at være gruppebaseret. Undervisningsmetoder fremgår ikke. <i>Kontrol:</i> Ingen kontrolgruppe (forklares af forfatterne med, at det primære formål er at afdække, hvorvidt effekterne varierer mellem socioøkonomiske grupper og ikke at afdække effekterne generelt)	<i>Resultater ift. stress:</i> Ingen signifikant ($p>0,05$) effekt af kurserne målt distress eller stress. Subgruppeanalyse: Signifikant ($P=0,014$) reduktion i distress blandt de højest uddannede fra gennemsnit på 23,9 (T1) til 22,2 (T2). Signifikant ($p=0,014$) stigning distress blandt de lavest uddannede fra gennemsnit på 21,2 (T1) til 23,0 (T2). Overordnet ses en signifikant ($p=0,017$) interaktion mellem ændringer i distress og uddannelsesniveau. Ingen ændring i stresssymptomer opdelt på uddannelsesniveau.	Leve- og arbejdsvilkår (Sociale forhold) Individuelle faktorer	<i>Tjekliste:</i> ROBINS-1 <i>Kvalitet:</i> Serious risk of bias/NI. <i>Svagheder:</i> Ingen kontrolgruppe. Selvrapporteret data, deltagerne ikke blindet. Selektion ikke tilfældig, men bevidst udvalgte kurser. Deltagelsesprocent på 62% ved T2, ingen bortfaldsanalyse (NI i domænet: Missing data) <i>Styrker:</i> Relevant confounderkontrol. Udmærket beskrivelse af intervention. Relevant og velrapporteret analysestrategi.

Matrix 6

<i>Impact of the JOBS Intervention on Unemployed Workers Varying in Risk for Depression</i> Vinokur, A. D., Price, R. H. & Schul, Y. (1995)					
Land, formål, studiedesign og metode	Studiepopulation og outcomes	Indsats	Resultater	Socioøkologisk niveau	Kvalitetsvurdering
USA Undersøger effekten af JOBS II på deltagernes mestringsfølelse, beskæftigelse og mentale helbred. Derudover undersøges det om personer i høj risiko for depression ift. lav risiko opnår større effekt af interventionen RCT (n=1801) Intervention (n=1249) Kontrol (n=552) Computeras. random. Selvrapporteret spørgeskema (ledige og tæt relation til ledige) <i>Målinger (svar% ledig/rel.):</i> T1, 2 uger før int. (73%/82%) T2, 2 mdr. efter int. (80%/90%). T3, 6 mdr. efter int. (87%/92%). <i>Analysemetode</i> Intention-to-treat (i tillæg lavet enkelte per-protocol) GLM og ANOVA	<i>Inklusionskriterier:</i> Ledig og jobsøgende, ikke i strejke, forventer ikke at blive kaldt på arbejde indenfor de næste få måneder, forventer ikke at gå på pension indenfor 2 år, ledig >13 uger, ingen præference for intervention eller kontrol, villig til at deltage i enten intervention eller kontrol, depressionsscore <3,00 <i>Karakteristika:</i> Ledighedsvarighed: Gennemsnit 4,1 uger (1-13) Køn, mænd: 45% Aldersgennemsnit: 34,7 år <i>Outcome for stress:</i> Distress symptoms: 18-item index, som undersøger en række distress symptomer som rastløshed, uro/angst, initiativløshed på en 5-points skala fra 1 (på intet tidspunkt) til 5 (hele tiden) i løbet af de sidste to uger.	JOBS II <i>Intervention:</i> Formålet er at højne deltagernes modstandskraft mod afslag, give social støtte og positiv sparring fra underviserne samt lære og øve jobsøgnings-evner. Indholdet er emner omhandlende bl.a. eksempler og øvelser i: at identificere og formidle egne jobrelaterede færdigheder, bruge sociale netværk til at finde jobmuligheder, kontakte potentielle arbejdsgivere, lave jobansøgninger og CV og øve jobinterviews. Der foreligger en manual til oplæring af undervisere samt indhold i forløbet. 5 dage af 4 timer man-fre (20 timer i alt). Gruppeforløb i hold af 12-22 pers. Undervisning og øvelser. <i>Kontrol:</i> Modtager 3 siders tætskrevet blanket om jobsøgning.	<i>Resultater ift. stress:</i> Afrapporterer kun effekterne af interventionen i en subgruppe-analyse Subgruppeanalyse: Interventionen har en signifikant effekt på distress for gruppen af høj-risiko respondenter ift. lav-risiko. Denne risiko er beregnet ud fra respondenterne risiko for depression ved studiets begyndelse (ud fra depressionsscore, finansiel vanskelighed og social tilbageholdenhed). Dobbelt så stor effekt af alle parametre ved per protocol-analyse	Sociale forhold Individuelle faktorer	<i>Tjekliste:</i> RoB II <i>Kvalitet:</i> High risk (pga. outcomemål) <i>Svagheder:</i> Deltagere ikke blindet. Stort frafald ved fremmøde (54% fremmødte til kurset, heraf gennemførte 85% 4 ud af 5 mødedage). Ikke valideret eller velbeskrevet outcomemål for distress. <i>Styrker:</i> Computerassisteret randomisering. Vellykket randomisering, ingen forskel i baseline variable. Lavet intention-to-treat analyse. Forholdsvis høj svarprocent. Lavet bordfaldsanalyser. Relevant og velrapporteret analysestrategi.

Matrix 7

Effective Group Training Techniques in Job-Search Training Vuori, J., Price, R. H., Mutanen, P. & Malmberg-Heimonen, I. (2005)					
Land, formål, studiedesign og metode	Studiepopulation og outcomes	Indsats	Resultater	Socioøkonomisk niveau	Kvalitetsvurdering
Finland Undersøger effekten af fem forskellige indholdselementer i implementerede gruppebaserede jobtrænings-indsatser ift. deltagernes senere beskæftigelse, kvalitet af senere beskæftigelse og mentale helbred. 278 deltagere repræsenterer 71 forskellige jobsøgnings-indsatser fordelt på 19 jobcentre. Gennemsnitlig deltager 4 pers. fra hver indsats (2-13). De fem indholdselementer: Jobsøgningsfærdigheder, aktive undervisnings- og læremetoder, undervisernes positive feedback og støtte, støttende læringsmiljø og forberedelse på afslag (*) Kohorte (n=278) Selvrapporteret spørgeskema Målinger: T1, baseline-spørgeskema T2, 2 uger efter indsatsens første dag (svar% 100%) T3, 6. mdr. efter indsats (svar% 92%) Analysemetode: HLM	<i>Inklusionskriterier:</i> Må ikke tidligere have deltaget i jobsøgnings-indsatser <i>Karakteristika:</i> Ledighedsvarighed: Median: 7 mdr. 65% <12 mdr. 35% >12 mdr. Køn: 35% mænd Aldersgennemsnit: 39 år (19-59 år) <i>Outcome for stress:</i> Psykologisk distress; GHQ-12	71 forskellige jobsøgnings-indsatser <i>Intervention:</i> 11% af indsatserne bestod af den originale Työhön metode (se ⁹⁵), 31% af Työhön med få tilføjelser, 8% Työhön med nogle dele udeladt, 17% af elementer fra Työhön, 12% anvendte andre metoder end Työhön metoden og i 21% var der ingen specifik metode. Alle metoder indeholdt nogle af de fem indholdselementer* Gennemsnitlig varighed 30 timer, gennemsnitlig 5,2 timer/dag. Alle indsats var gruppebaserede jobsøgnings-indsatser, gennemsnitlig gruppestørrelse 11 pers. (5-19). Undervisningsmetoder er ikke undersøgt. <i>Kontrol:</i> Ingen kontrol, men der sammenlignes internt med de, som ikke har deltaget i en indsats med det undersøgte indholdselement.	<i>Resultater ift. stress:</i> Indholdselementet "forberedelse på afslag" (på aggregeret niveau) har en signifikant effekt på reduktion i distress (-0,45, p<0,01) efter 6 mdr. Indholdselementet "støttende læringsmiljø" (på individuelt niveau) har en signifikant effekt på reduktion i distress (-0,28, p<0,01) efter 6 mdr. Der findes ingen signifikant effekt på distress af de andre indholdselementer.	Sociale forhold Individuelle faktorer	<i>Tjekliste:</i> ROBINS-1 <i>Kvalitet:</i> Serious risk of bias <i>Svagheder:</i> Selektion er baseret på frivillighed og der kan være sammenhæng med outcome ift. hvem der vælger at deltage. Ingen kontrolgruppe, men intern sammenligning. Selvrapporteret data. <i>Styrker:</i> Lavet confounderkontrol Veldefineret interventionsstatus. Høj svarprocent. Lavet bortfaldsanalyse og ingen signifikante forskelle mellem respondenter og drop-outs identificeret. Relevant og velbeskrevet analysestrategi.

Matrix 8

The Työhön Job Search Program in Finland: Benefits for the Unemployed With Risk of Depression or Discouragement Vuori, J., Silvonen, J., Vinokur, A. D. & Price, R. H. (2002)					
Land, formål, studiedesign og metode	Studiepopulation og outcomes	Indsats	Resultater	Socioøkonomisk niveau	Kvalitetsvurdering
Finland Undersøger effekten af The Työhön Job Search Program (finsk version af JOBS II ⁹⁷ med få ændringer) ift. bl.a. genbeskæftigelse, depression, distress samt hvorvidt effekten modereres af risikoen for depression og ledighedsvarighed RCT (n=1261) Intervention (n=629) Kontrol (n=632) Randomisering til interventions- og kontrolgruppe. <i>Målinger (svar%):</i> T1, før intervention (100%, da inklusionskriterium) T2, 2 uger efter int. (88%) T3, 6 mdr. efter int. (97%) <i>Analysemetode</i> Intention-to-treat Regressionsanalyser	<i>Inklusionskriterier:</i> Ledig eller modtaget opsigelse, acceptere randomisering, udfylde baseline-spørgeskema(T1) <i>Karakteristika:</i> Ledighedsvarighed: Gennemsnit 10,7 mdr. 8% >12 mdr. Køn, mænd: 22,2 % Aldersgennemsnit: 36 år (18-61 år) <i>Outcome for stress:</i> Psykologisk distress: GHQ-12 (målt v. T1 og T3)	The Työhön Job Search Program <i>Intervention:</i> Työhön jobsøgningsindsatsen er en finsk version af JOBS II og indhold, formål og varighed er som beskrevet i studiet af Vinokur et al. ⁹⁷ Der eksisterer en finsk protokol for oplæring af undervisere og indhold af indsatsen. Gruppestørrelse 6-17 pers. (median 11). <i>Kontrol:</i> Modtog fire guides indeholdende information, som dækkede indholdet i interventionen.	<i>Resultater ift. stress:</i> Interventionen har en signifikant reducerende effekt på distress efter 6 mdr. (betakoefficient -0,06, p<0,05). Subgruppeanalyse: Effekten modereres af risikoen for depression ved baseline (depressionsscore>3,00), og længde af ledighed (binær, <3 mdr. eller >3 mdr.).	Sociale forhold Individuelle faktorer	<i>Tjekliste:</i> RoB II <i>Kvalitet:</i> Some concerns <i>Svagheder:</i> Selvrapporteret data. Deltagere kan ikke blindes. Stor andel, som ikke gennemførte indsatsen (29,6%) <i>Styrker:</i> Relevant confounderkontrol. Velbeskrevet intervention og kontrol. Høj svarprocent. Bortfaldsanalyse for både ikke-responderter og de fra interventionsgruppen, som ikke gennemførte forløbet. Relevant og velbeskrevet analysestrategi. Intention-to-treat-analyse.

Matrix 9

Labour market interventions as predictors of re-employment, job seeking activity and psychological distress among the unemployed Vouri, J. & Vesalainen, J. (1999)					
Land, formål, studiedesign og metode	Studiepopulation og outcomes	Indsats	Resultater	Socioøkonomisk niveau	Kvalitetsvurdering
Finland Undersøger effekten af tre forskellige typer beskæftigelsesinterventioner (vejledningskurser, erhvervskompetence-træning og subsidieret beskæftigelse) på genbeskæftigelse, jobsøgningsaktivitet og psykologisk distress. Kohorte (n=745) Selvrapporteret spørgeskema <i>Målinger (svar%):</i> T1, før int. (74,5%) T2, 1 år efter int. (72,5%). <i>Analysemetode</i> Regressionsanalyser	<i>Inklusionskriterier:</i> Ledig i <12 mdr., men i risiko for at blive langtidsledig (>12 mdr), under 54 år <i>Karakteristika:</i> Ledighedsvarighed: <3 mdr. 39,4% 4-12 mdr. 47,4% >12 mdr. 13,2% Køn, mænd: 36,2% (T1) og 33,2% (T2) Aldersgennemsnit: 35,6 år (18-54 år) <i>Outcome for stress:</i> Psykologisk distress: GHQ-20	Beskæftigelsesinterventioner <i>Intervention:</i> Opdeles i tre typer: 1) Vejledningskurser, hvor indholdet varierer, men typisk har fokus på deltagernes færdigheder, jobsøgningsproces og viden om arbejdsmarkedet. Typisk mellem 6-7 timer/dag i 10-15 dage (total 0-100 timer). 2) Erhvervskompetence-træning: Omhandlende generel træning (f.eks. sprog), basal erhvervskompetence-træning eller specialiseret. Varighed typisk ca. 6 mdr. 3) Subsidieret beskæftigelse: Statsstøttet kortvarig ansættelse af 6 mdr. varighed. Fremgår ikke om indsatserne er individuelle eller gruppebaserede, men formodes at variere mellem indsatserne. <i>Kontrol:</i> Ingen kontrolgruppe, men i analysen sammenlignes internt med de, som ikke har deltaget i den pågældende intervention.	84,3% af deltagerne havde deltaget i en eller flere indsatser. Vejledningskurser (n=182). Erhvervskompetence-træning (n=183) Subsidieret beskæftigelse (n=180). <i>Resultater ift. stress:</i> Ingen effekt af deltagelse i interventionerne på distress for de, som fortsat er ledige ved T2. At være aktuelt deltagende i én intervention har signifikant reducerende effekt på distress (0,19, p<0,001).	Leve- og arbejdsvilkår (Sociale forhold) Individuelle faktorer	<i>Tjekliste:</i> ROBINS-1 <i>Kvalitet:</i> Serious risk of bias <i>Svagheder:</i> Målingerne er foretaget forskudt fra start- og sluttid for interventionen, hvilket kan påvirke outcomes. Bortfaldsanalyse viser, at forskel mellem deltagere og dropouts på forskellige variable og der justeres ikke herfor. Lav svarprocent. <i>Styrker:</i> Foretaget confounder-kontrol Interventioner klart defineret. Lavet bortfaldsanalyse. Relevant og velbeskrevet analysestrategi.

6.2 Syntese

Som beskrevet i afsnit 5.7 udføres en syntese af de inkluderede studier ud fra tre temaer: *Studiernes kvalitet og metode, ligheder og forskelle i forebyggelsesindsatserne og effekterne heraf samt socio-økologisk niveau*. Syntesen udføres som en tværgående analyse af kolonnerne i matricerne.

6.2.1 Studiernes kvalitet og metode

Studiedesign og kvalitet

Der er identificeret og inkluderet i alt tre studier, som kan kvalificeres som RCT-studier^{93,95,97} samt to studier, som kan beskrives som ikke-randomiserede kontrollerede studier,^{92,100} ét som ikke-kontrolleret studie,⁹⁸ to som kohortestudier^{94,96} og ét som tværsnitsstudie⁹⁹. Med udgangspunkt i kvalitetsvurderingsredskaberne RoB II⁸⁸ og ROBINS-1⁸⁹ (bilag 2) vurderes der at være risiko for bias i alle ni studier. Gennemgående for alle ni studier er, at outcomemålet for stress er baseret på selvrapporteret data, hvormed outcome er baseret på en subjektiv vurdering. Dette kan give anledning til informationsbias, hvilket reducerer studiernes validitet.¹⁰¹ Vurderingen af risiko for bias i RCT-studierne af Hodzic et al.⁹³ og Vuori et al. (2002)⁹⁵ giver anledning til *nogle forbehold (eng. some concerns)*, mens RCT-studiet af Vinokur et al.⁹⁷ vurderes at have høj risiko for bias. I dette studie øges risikoen for bias især pga. måleredskabet for stress, som er ikke-velbeskrevet og formentlig ikke valideret, hvilket betyder, at det ikke er muligt at afgøre, om der måles på det, som er hensigten. Dette svækker studiets reliabilitet og kan give anledning til informationsbias.¹⁰¹ På baggrund af kvalitetsvurderingerne og risikoen for bias vurderes RCT-studiet af Vinokur et al.⁹⁷ at være af lav kvalitet, mens RCT-studierne af Hodzic et al.⁹³ og Vuori et al. (2002)⁹⁵ at være af moderat kvalitet. De øvrige seks studier af forskellige andre studiedesigns er alle vurderet til at have alvorlig risiko for bias, men dog ikke kritisk risiko for bias og vurderes på baggrund heraf alle at være af lav kvalitet. Fire af disse studier har endvidere domæner, hvor der er manglende information, hvorfor risikoen for bias relateret til disse domæner ikke kan vurderes i kvalitetsvurderingen. I de ikke-randomiserede kontrollerede studier af Creed et al. (1998)⁹² og Creed et al. (1999)¹⁰⁰ mangler information om confounder-kontrol, mens der i tværsnitsstudiet af Sage (2015) og det ukontrollerede studie af Saloniemi et al.⁹⁹ mangler information om frafald.

I evidenshierarkiet, som er en rangorden over forskningsdesigns baseret på forskningsdesignets evne til at afgøre kausalitet, er RCT-studier placeret øverst pga. randomiseringen, som er med til at

eliminere risikoen for confounding. Dog placeres RCT-studier af dårlig kvalitet på samme niveau som kohortestudier¹⁰². Lavest placeret af de studiedesigns, som er repræsenteret i de inkluderede studier, er tværsnitsundersøgelser, fordi disse ikke kan afgøre årsagsretningen, men kun samvariationen mellem variable.¹⁰² På baggrund af studiernes placering i evidenshierarkiet og den kritiske kvalitetsvurdering vil de to RCT-studier af moderat kvalitet^{93,95} vægte højest i anbefalingerne, mens de seks studier med andre designs samt RCT-studiet af lav kvalitet⁹⁷ vil vægte mindre, hvor tværsnitsstudiet af Sage⁹⁹ vil vægte lavest.

Måling af stress

GHQ-12 er anvendt som måleredskab i syv ud af de ni inkluderede studier og GHQ-20 er anvendt i ét studie. I studiet af Hodzic et al.⁹³ anvendes GHQ-12 som måleredskab for mentalt helbred, mens Cohens PSS er anvendt som måleredskab for stress. I de øvrige studier, hvor GHQ-12/20 anvendes, udgør GHQ-12/20 måleredskab for psykologisk distress. GHQ-12 indeholder 12 udsagn omhandlende generel trivsel og oplevelsen af dagligdagsaktiviteter. For hvert udsagn angiver respondenterne på en skala fra 0-3, i hvor høj grad denne har oplevet pågældende udsagn indenfor de seneste to uger og en høj GHQ-12-score indikerer højt niveau af psykologisk distress. I studiet af Saloniemi et al.⁹⁸ anvendes udover GHQ-12 også et andet måleredskab for psykosocial stress, hvor stress måles ved 18 spørgsmål, der besvares på en firepointsskala og som summeres i en Stress Symptom Score. Studiet af Vinokur et al.⁹⁷ er det eneste, hvor GHQ-12/20 ikke anvendes. Til at måle psykologisk distress i dette studie anvendes et måleredskab, der ligesom i studiet af Saloniemi et al.⁹⁸ består af 18 spørgsmål omhandlende en række symptomer bl.a. rastløshed, uro, initiativløshed mv., som skal besvares ud fra en fempointsskala. Hverken i studiet af Saloniemi et al.⁹⁸ eller i studiet af Vinokur et al.⁹⁷ er måleredskabet for stress beskrevet yderligere i artiklen og der henvises ikke til referencer eller bilag. Dette reducerer reliabiliteten i studierne, da det derfor ikke er muligt at vide, hvad stressscoren er udtryk for og måler på. Derudover vurderes det sandsynligt, at måleredskabet ikke er valideret, hvilket svækker studiernes validitet.

6.2.2 Ligheder og forskelle i forebyggelsesindsatserne og effekterne heraf

Med udgangspunkt i indsatsernes indhold kan de ni studier opdeles i fire typer ud fra hvilke indsatser, der undersøges: *Alle typer indsatser, erhvervskompetencetræning, jobsøgnings-indsatser*

og *psykologiske indsatser* (tabel 4). I studierne med *alle typer indsatser* indgår også de tre andre typer, da *alle typer* dækker over flere typer af indsatser.

	Type af indsats			
	Alle typer indsatser	Erhvervskompetencetræning	Jobsøgningsindsatser	Psykologiske indsatser
Creed et al. (1998) ⁹²		X	(X)	(X)
Creed et al. (1999) ¹⁰⁰				X
Hodzic et al. (2015) ⁹³				X
Sage (2015) ⁹⁹	X			
Saloniemi et al. (2014) ⁹⁸		X		
Vinokur et al. (1995) ⁹⁷			X	
Vuori et al. (2005) ⁹⁴			X	
Vuori et al. (2002) ⁹⁵			X	
Vuori & Vesalainen (1999) ⁹⁶	X			

Tabel 4: Overblik over hvilken type af indsats de enkelte indsatser i studierne kan kategoriseres som

Alle typer indsatser:

I studierne af Sage⁹⁹ og Vuori og Vesalainen⁹⁶ undersøges effekten af alle typer af beskæftigelsesindsatser målrettet ledige samlet set. I tværsnitstudiet af Sage⁹⁹ undersøges effekterne af alle typer aktiviteter under den aktive beskæftigelsesindsats i Storbritannien herunder bl.a. erhvervskompetencetræning, jobsøgningskurser, adfærdsprogrammer og praktik. I kohortestudiet fra Finland af Vuori og Vesalainen⁹⁶ indgår ligeledes både vejledningskurser, erhvervskompetencetræning og subsidieret beskæftigelse, som f.eks. praktik. Varigheden af indsatserne varierer mellem ti dage til seks måneder i det finske studie, mens varigheden af indsatserne ikke er afdækket i studiet af Sage⁹⁹. Det fremgår ikke eksplicit af studierne, om indsatserne er individuelle eller gruppebaserede, men dette vil sandsynligvis variere mellem de forskellige indsatser. I studiet af Sage⁹⁹ findes det, at ledige, som deltager i beskæftigelsesindsatser, er mere tilbøjelige til at rapportere lavere niveauer af distress end ledige, der er i såkaldt "åben ledighed", hvilket betyder, at de ikke deltager i sådanne indsatser. I studiet af Vuori og Vesalainen⁹⁶ findes ingen vedvarende effekt af deltagelse i beskæftigelsesindsatserne målt på distress, men dét aktuelt at være deltagende i en indsats har en signifikant reducerede effekt på distress. Begge disse studier viser således, at det aktuelt at være

deltagende i en beskæftigelsesindsats kan reducere distress, men studiet af Vuori og Vesalainen⁹⁶ viser, at effekten ikke er vedvarende efter endt intervention, hvilket ikke er undersøgt at i studiet af Sage⁹⁹.

Erhvervskompetencetræning

I studiet af Saloniemi et al.⁹⁸ undersøges effekten af forskellige erhvervskompetencetræningsindsatser, mens effekten af en indsats med en kombination af erhvervskompetencetræning, jobsøgning og personlig udvikling undersøges i studiet af Creed et al. (1998)⁹². Studiet af Creed et al. (1998)⁹² har derfor elementer fra både erhvervskompetencetræning samt jobsøgnings- og psykologiske indsatser, men da indholdet primært er beskrevet som erhvervskompetencetræning, præsenteres resultaterne herfra i dette afsnit.

I studiet af Saloniemi et al.⁹⁸ undersøges effekten af 24 forskellige konventionelle erhvervskompetencetræningsindsatser i Finland af 3-24 måneders varighed. Det fremgår ikke, om disse er individuelle eller gruppebaserede, men det vurderes sandsynligt, at begge typer indgår. Disse opdeles i kurser målrettet hhv. funktionærer og lønmodtagere og formålet med studiet er at afdække, hvorvidt effekterne af indsatserne varierer mellem forskellige socioøkonomiske grupper. Forfatterne angiver dette som årsagen til, at der ikke er en kontrolgruppe i studiet, men at der blot er foretaget før- og eftermålinger. I studiet måles både psykosocial stress og distress. Der findes i studiet ingen signifikant effekt af deltagelse i en indsats på hverken stress eller distress samlet set. Subgruppeanalysen viser en signifikant reduktion i distress blandt de højest uddannede og en signifikant stigning i distress blandt de lavest uddannede ved deltagelse i en indsats.⁹⁸

I det ikke-randomiserede kontrollerede studie af Creed et al. (1998)⁹² undersøges effekterne af såkaldte gruppebaserede *Skillshare* arbejdsforberedende indsatser i Australien af 4-7 ugers varighed. Indholdet i indsatsen er dels tilegnelse af erhvervskompetencer og dels arbejde med personlig udvikling f.eks. kommunikation, selvpleje og forberedelse på jobinterviews. I studiet sammenlignes med en venteliste-kontrolgruppe. Der ses en signifikant reduktion i distress ved deltagelse i interventionen lige efter interventionen, men der ses ingen effekt på distress tre måneder efter.

Resultaterne fra disse to studier er derfor ikke entydige, idet det ene studie viser, at erhvervskompetencetræning kan have en reducerende effekt på distress,⁹² mens denne effekt kun ses blandt de højest uddannede i det andet studie, som endvidere viser, at indsatserne kan have den modsatte effekt blandt de lavest uddannede⁹⁸.

Jobsøgningsindsatser

I studiet af Vuori et al. (2005)⁹⁴ undersøges effekten af 71 forskellige jobsøgningsindsatser i Finland, mens effekten af et standardiseret jobsøgningsprogram *JOBS II* og den finske version heraf *Työhön-*jobsøgningsprogram undersøges i studierne af Vinokur et al.⁹⁷ og Vuori et al. (2002)⁹⁵.

JOBS II og *Työhön*-jobsøgningsprogrammet er baseret på det samme *JOBS Interventions Projekt*, som er udviklet i USA¹⁰³. *JOBS II*, som undersøges i USA i RCT-studiet af Vinokur et al.⁹⁷, er en videreudvikling af *JOBS*-indsatsen af Caplan et al.¹⁰³, mens *Työhön*-jobsøgningsprogrammet i RCT-studiet af Vuori et al. (2002)⁹⁵ er en finsk udgave af *JOBS II*. Formålet med *JOBS*-indsatsen er at forebygge forringelse af det mentale helbred under ledighed og fremme genbeskæftigelsen,¹⁰³ at højne deltagerne modstandskraft mod afslag, give social støtte og positiv sparring fra underviserne samt at udvikle og øve jobsøgnings-evner^{95,97}. Indsatsen udføres af undervisere, som har gennemgået 240 timers oplæring. Både oplæringen af underviserne samt indholdet i indsatsen er beskrevet i en manual,^{95,97} og denne er også oversat til en finsk version.⁹⁵ Indsatsen er af fem dages varighed i fire timer pr. dag og er gennemført i grupper af 6-22 personer i de to studier. Indholdet i indsatsen er bl.a. eksempler og øvelser ift. at identificere og formidle egne jobrelaterede færdigheder, bruge sociale netværk til at finde jobmuligheder, kontakte potentielle arbejdsgivere, lave jobansøgninger og CV samt øve jobinterviews. I begge studier undersøges effekterne af indsatsen på en lang række outcomes, herunder også stress.^{95,97} I studiet af Vinokur et al.⁹⁷ undersøges effekten på stress målt ved en stresssymptom-score, mens det i studiet af Vuori et al. (2002)⁹⁵ er effekten på distress målt ved GHQ-12, der undersøges. I begge studier sammenlignes med en kontrolgruppe, som har modtaget skriftligt materiale, som dækker de emner om jobsøgning, som indgår i indsatsen.^{95,97} I studiet af Vinokur et al.⁹⁷ opgøres effekterne kun i en subgruppeanalyse opdelt i høj- og lavrisiko respondenter, hvor denne risiko angiver respondenternes risiko for depression ved baseline beregnet ud fra depressionsscore, finansielle vanskeligheder samt social tilbagetrukkethed. I studiet af Vuori et al. (2002)⁹⁵ angives både én samlet effekt på distress efter

seks måneder samt subgruppeanalyser, hvor det undersøges, om effekten modereres af bl.a. depressionsscore >3,00 ved baseline samt ledighedsvarighed >3 måneder. *Työhön*-indsatsen har en signifikant reducerende effekt på distress seks måneder efter indsatsen⁹⁵ I studiet af Vinokur et al.⁹⁷ findes en signifikant reducerede effekt på distress blandt højriskgruppen, men ikke i lavrisikogruppen. Lignende resultat findes i studiet af Vuori et al. (2002),⁹⁵ hvor det findes, at depressionsscore >3,00 ved baseline modererer effekten af indsatsen. Disse resultater indikerer, at personer med høj risiko for depression eller høj depressionsscore opnår størst effekt af indsatsen. I tillæg hertil findes det, at ledighedsvarigheden også modererer effekten af indsatsen, hvor de med kortest ledighedsvarighed (<3 mdr.) opnår større effekt end de med længere ledighedsvarighed.⁹⁵ I relation til disse resultater skal det bemærkes, at studiet af Vuori et al. (2002)⁹⁵ vægtes højere end resultaterne fra studiet af Vinokur et al.⁹⁷ grundet kvalitetsvurderingen, hvor kvaliteten af studiet af Vinokur et al.⁹⁷ svækkes af, at måleredskabet for stress ikke er velbeskrevet og formentlig ikke er valideret.

I det andet studie af Vuori et al. fra 2005⁹⁴ undersøges ikke den standardiserede *Työhön*-indsats, men i stedet undersøges effekten af forskellige indholdselementer i 71 forskellige allerede implementerede jobsøgningsindsatser i Finland. De udvalgte fem indholdselementer er dog baseret på indholdet i *Työhön*-indsatsen, da formålet med studiet af Vuori et al. (2005)⁹⁴ er at afdække, hvilke elementer i jobsøgningsindsatser som f.eks. *Työhön*-indsatsen, der bidrager til at skabe effekter. Disse indholdselementer er: *Jobsøgnings-færdigheder, aktive undervisnings- og læremetoder, undervisernes positive feedback og støtte, støttende læringsmiljø og forberedelse på afslag*. Jobsøgningsindsatsernes indhold bestod helt (11%), delvist (56%) eller slet ikke (33%) af *Työhön*-indsatsens indhold. Jobsøgningsindsatserne var alle gruppebaserede og afholdt i grupper af 5-19 personer. Varigheden af indsatserne var gennemsnitlig 30 timer.⁹⁴ Indholdselementerne *støttende læringsmiljø og forberedelse på afslag* har en signifikant reducerede effekt på distress seks måneder efter jobsøgningsindsatsen. Der ses ingen effekt på distress af de øvrige tre indholdselementer.⁹⁴

Resultaterne viser samlet set, at den finske *Työhön*-jobsøgningsindsats kan have en reducerede effekt på distress seks måneder efter indsatsen.⁹⁵ Resultaterne fra studiet af Vuori et al. (2005)⁹⁴ indikerer, at det især er indholdselementerne *støttende læringsmiljø og forberedelse på afslag*, der bidrager til denne reducerede effekt på distress. Resultaterne indikerer endvidere, at ledige, som

før indsatsen har en større risiko for depression eller høj depressionsscore, opnår større reducerede effekt målt ved distress eller stress.^{94,95,97} Endvidere ses ledighedsvarigheden også at moderere effekten af *Työhön*-indsatsen, hvor der ses størst effekt blandt de, som har været ledige i kortest tid.⁹⁵

Psykologiske indsatser

I studierne af Creed et al. (1998)⁹² og Hodzic et al.⁹³ er fokus ikke på beskæftigelse og jobsøgning, men i stedet er indholdet relateret til intrapersonelle psykologiske mekanismer.

I studiet af Creed et al. (1998)⁹² undersøges effekten af en gruppebaseret indsats af tre dages varighed baseret på kognitiv adfærdsterapi målrettet unge langtidsledige. Formålet er at forbedre trivslen og den mentale sundhed samt øge deltagernes mestringsevner, hvilket skal bidrage til bedre håndtering af fremtidige følelsesmæssige udfordringer. Der undersøges flere forskellige outcomes, herunder distress målt ved GHQ-12. Både de umiddelbare effekter og effekter efter tre måneder undersøges. Der sammenlignes med en kontrolgruppe af unge fra samme region, som møder kriterierne for at deltage i statsstøttede beskæftigelsesindsatser, men som ikke tilbydes indsatsen. Der ses en umiddelbar effekt på distress lige efter indsatsen, men der findes ingen effekt på distress efter tre måneder. Subgruppeanalysen viser, at de, som rapporterede højere niveauer af distress ved baseline, oplever en signifikant større reduktion i distress umiddelbart efter indsatsen ift. de, som rapporterede lavere niveauer af distress ved baseline.¹⁰⁰ Aldersgennemsnittet i studiepopulationen er 19 år, hvilket er væsentlig lavere end i de øvrige studier, hvor gennemsnitsalderen er mellem 32-39 år med undtagelse af studiet af Sage⁹⁹, hvor gennemsnitsalderen ikke er angivet. Jævnfør afsnit 2.5.5 kan alder have en betydning for, hvordan ledighed opleves og den enkeltes risiko for at opleve stress under ledighed, hvorfor studier, der kun er målrettet unge, også kun bør generaliseres til unge ledige.

I studiet af Hodzic et al.⁹³ undersøges effekten af en indsats omhandlende træning af følelsesmæssige kompetencer (EC) ift. om indsatsen øger niveauet af EC samt hvorvidt ændringer i EC kan prædiktere ændringer i niveauet af bl.a. oplevet stress målt ved Cohens PSS og mentalt helbred målt ved GHQ-12. EC refererer til evnen til at forstå, udtrykke, styre og anvende egne og andres følelser. Indholdet i indsatsen er bl.a. introduktion til EC, viden om at forstå, bruge og regulere egne følelser, regulere andres følelser samt konflikthåndtering. Indsatsen er af 2½-dages

varighed og gruppebaseret afholdt i grupper af 8-12 personer. På trods af der ikke findes en signifikant ændring i EC ved deltagelse i indsatsen, findes det, at ændringer i EC udgør en signifikant prædiktør for ændringer i både stress og distress. Den direkte effekt af indsatsen på stress eller distress beregnes ikke, da dette ikke er formålet med studiet, men studiets resultatet kan indikere, at en forbedring af EC kan have en forebyggende effekt på stress og distress.⁹³ Der er en betydelig overrepræsentation af kvinder i studiepopulationen (7% i interventionsgruppen og 21% i kontrolgruppen), hvilket svækker studiets eksterne validitet. På trods af, at studiet vægtes højest i anbefalingerne sammen med studiet af Vuori et al. (2002)⁹³ jf. afsnit 6.2.1, kan studiets resultater pga. denne skæve kønsfordeling kun generaliseres til ledige kvinder og effekten blandt mænd bør undersøges nærmere.

Det kan ud fra den identificerede litteratur ikke konkluderes, om indsatser målrettet ledige med indhold relateret til intrapersonelle psykologiske mekanismer kan forebygge stress blandt ledige. Resultaterne indikerer, at der kan være en umiddelbar, men ikke vedvarende effekt af kognitiv adfærdsterapi, men denne effekt kan ikke forventes ved generalisering til alle ledige, da indsatsen er specifikt målrettet unge. Ledige med højere niveau af distress ved baseline opnår større effekt¹⁰⁰, hvilket ligesom ved jobsøgningsindsatserne^{94,95,97} indikerer, at nogle grupper af ledige kan opnå større effekt af indsatserne. Træning i følelsesmæssige kompetencer kan muligvis have en forebyggende effekt på stress og distress blandt ledige, men effekten er usikker, idet det ikke er den direkte effekt på stress og distress, der er undersøgt i studiet af Hodzic et al.⁹³

6.2.3 Socioøkologisk niveau

Som fremanalyseret i problemanalysen findes en række forskellige årsager til, at ledighed kan føre til stress hos nogle ledige og disse årsager placerer sig på forskellige socioøkologiske niveauer. Det er ligeledes fremanalyseret, hvorledes årsagerne på de forskellige socioøkologiske niveauer er indbyrdes forbundet og interagerende. Således vil eksempelvis årsager på det strukturelle niveau som beskæftigelseslovgivningen have en betydning for årsager relateret til sociale forhold og de individuelle faktorer. I forebyggelsen af stress blandt ledige vil det være ineffektivt at fokusere udelukkende på de inderste proksimale niveauer af årsager, idet disse niveauer vil være påvirket af årsager på de mere distale socioøkologiske niveauer.^{44,45} Forebyggelse af stress blandt ledige bør derfor inddrage flere socioøkologiske niveauer, hvorfor det i det følgende analyseres, hvilke

socioøkologiske niveauer indsætterne i de identificerede indsatser, kan ansues at intervenere på med henblik på at inddrage denne viden i anbefalingerne.

Af tabel 5 fremgår det, hvilke socioøkologiske niveauer de forskellige indsatser i studierne kan ansues at intervenere på. Det inderste biologiske niveau er ikke medtaget, idet dette socioøkologiske niveau relaterer sig til biologiske forhold, der ikke kan forandres i en forebyggelses-strategi.⁴⁴

	Socioøkologisk niveau			
	Strukturelle forhold	Leve- og arbejdsvilkår	Sociale forhold	Individuelle faktorer
Creed et al. (1998) ⁹²		X	X	X
Creed et al. (1999) ¹⁰⁰			X	X
Hodzic et al. (2015) ⁹³			X	X
Sage (2015) ⁹⁹		X	(X)	X
Saloniemi et al. (2014) ⁹⁸		X	(X)	X
Vinokur et al. (1995) ⁹⁷			X	X
Vuori et al. (2005) ⁹⁴			X	X
Vuori et al. (2002) ⁹⁵			X	X
Vuori & Vesalainen (1999) ⁹⁶		X	(X)	X

Tabel 5: Overblik over de socioøkologiske niveauer, som indsatserne i de inkluderede studier kan ansues at intervenere på

Strukturelle forhold

På det yderste niveau placeres de strukturelle forhold, der påvirker individets sundhed og målet med forebyggelse på dette niveau er langsigtede forandringer af strukturelle vilkår og forandring kræver ofte politisk handling⁴⁴ Praktik, løntilskud og uddannelse er blandt de beskæftigelsesindsatser, der undersøges samlet i studierne af Sage⁹⁹ og Vuori og Vesalainen⁹⁶. Erhvervskompetencetrænings-indsatserne i studierne af Creed et al. (1998)⁹² og Saloniemi et al.⁹⁸ kan ligeledes ses som uddannelse. Muligheden for at deltage i indsatser som praktik og løntilskud samt forskellige typer af uddannelse er som beskrevet i afsnit 2.4 reguleret af beskæftigelseslovgivningen.⁴¹ Indsatserne i disse fire studier vil derfor være afhængige af dette yderste strukturelle niveau grundet beskæftigelseslovgivningens betydning for adgangen til disse typer af indsatser. I studierne undersøges ikke effekten af at ændre strukturelle forhold, hvorfor indsatserne ikke

vurderes at intervenere på det strukturelle niveau. Der er således ikke identificeret indsatser, som direkte undersøger effekten ændringer af strukturelle forhold.

Leve- og arbejdsvilkår

På dette socioøkologiske niveau er indsatser, som kan påvirke lediges leve- og arbejdsvilkår placeret, hvor det i problemanalysen er fremanalyseret, at økonomiske vanskeligheder samt mangel på tidsstruktur og aktiviteter i hverdagen udgør potentielle årsager til stress blandt ledige. Indsatser som praktik, løntilskud og uddannelse, som indgår i de ovenfor beskrevne studier^{92,96,98,99} kan anses at intervenere på dette socioøkologiske niveau, idet disse længerevarende indsatser vil ændre den lediges hverdag i en længere periode og evt. bidrage til at skabe tidsstruktur og aktiviteter.

Sociale forhold

På det næste socioøkologiske niveau placerer de sociale forhold sig, hvor det i afsnit 2.5.3 er fremanalyseret, at individets sociale forhold, relationer og sociale kontakt kan blive negativt påvirket af ledighed og at sociale relationer gennem støtte samtidig øger individets muligheder for at håndtere udfordringer såsom ledighed. Alle indsatserne er enten eksplicit beskrevet som gruppebaseret^{92-95,97,100}, formodet gruppebaseret⁹⁸ eller formodet gruppebaseret delvist^{96,99}. I gruppebaserede indsatser kan indsatsen anskues at intervenere på dette socioøkologiske niveau, idet indsatsen dermed bidrager med et socialt fællesskab og skabelse af sociale kontakter for deltagerne.

Individuelle faktorer

På dette niveau placeres indsatser, som relaterer sig til individets handlinger sig og er i dette speciale udvidet fra traditionelle livsstilsfaktorer til at omhandle individuelle forhold af mere psykisk karakter jf. afsnit 2.5.4. Med udgangspunkt i denne bredere forståelse kan alle indsatserne anskues at have til formål at skabe forandring og intervenere på de proksimale individuelle faktorer og dermed på det næsttinderste socioøkologiske niveau. Dette fordi formålet med indsatserne er beskrevet som forbedring af de lediges færdigheder, evner eller kompetencer^{92,93,95,97,98,100} eller vurderes at have dette formål ud fra det beskrevne indhold^{94,96,99}.

7. Metodediskussion

I det følgende afsnit diskuteres de metodologiske valg i dette speciale. Først diskuteres specialets positionering og dernæst valg relateret til selve det systematiske review. Metodediskussionen skal bidrage til at vurdere reliabiliteten og validiteten af det systematiske review, hvor reliabiliteten relaterer sig til reproducerbarheden af det systematiske review, mens validiteten omhandler gyldigheden af det systematiske review, dvs. hvorvidt reviewet kan anskues at undersøge det, som det har til formål at undersøge.¹⁰¹ Reliabiliteten afdækkes ved at diskutere, hvorvidt det systematiske review er udført på en transparent måde, således søgeprocessen kan gentages af andre. Validiteten påvirkes af de valg, der er foretaget i forbindelse med den systematiske søgning og hvorvidt det systematiske review generelt set kan anskues at undersøge reviewspørgsmålet. Formålet med metodediskussionen er at kunne diskutere og vurdere, om dette systematiske review kan anskues bidrage til at besvare første forskningsspørgsmål, som er formålet med dets udarbejdelse.

7.1 Specialets positionering

Med specialets positivistiske videnskabsteoretiske position indenfor det empirisk-analytiske paradigme baseres viden om effekterne af forebyggelsesindsatserne på empiriske iagttagelser og objektiv og værdineutral viden. Med denne positionering indenfor den forklarende forskningstype søges effekterne af forebyggelsesindsatser afdækket gennem viden fra eksperimentelle og observationelle studiedesigns, mens studier med kvalitative studiedesigns såsom casestudier ikke indgår. Casestudier placerer sig indenfor den forstående forskningstype, hvor der søges at opnå viden om et fænomen baseret på udforskede menneskers subjektive perspektiver, hvormed subjektivitet udgør en væsentlig del af den viden, der søges.⁸⁰ Den forstående forskningstype placerer sig i det fortolkningsvidenskabelige paradigme, hvor den grundlæggende antagelse er, at viden om sociale forhold, må bygge på en forståelse for de undersøgte sociale fænomener baseret på menneskelige oplevelser, handlinger og erfaringer ⁸⁰. Havde positioneringen i dette speciale været i det fortolkningsvidenskabelige paradigme i stedet for det empirisk-analytiske, ville viden om lediges subjektive erfaringer og oplevelser af stress have været af interesse og værdi. Et relevant undersøgelsesdesign til at undersøge dette ville have været individuelle interviews ⁸⁰ med ledige. Denne viden kunne have bidraget med et borgerperspektiv i forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige, hvilket ville kunne supplere men ikke erstatte den viden om effekterne af

forebyggelsestiltag, som undersøgt i dette review. Eksempelvis ville interviews med ledige kunne have bidraget til at belyse om de potentielle årsager til stress blandt ledige, som er fremanalyseret i afsnit 2.5, også er de årsager, som ledige selv oplever som årsager til stress under ledighed. Herved kunne sådanne interviews også være med til at belyse hvilke områder, der ud fra et borgerperspektiv er særlig centrale at indtænke i forebyggelsen af stress blandt ledige.

7.2 Søgestrategi

Som anbefalet i The Cochrane Handbook⁷⁸ og af Booth et al.⁷⁹ er søgningen i dette systematiske review opbygget som en objektiv og reproducerbar systematisk søgning i udvalgte databaser suppleret med referencelistesøgning i tidligere publicerede reviews samt i de inkluderede studier. Den systematiske søgning er dokumenteret i et søgebilag (bilag 1), hvilket gør søgningen transparent og eksplicit samt giver mulighed for at reproducere søgningen. Udarbejdelsen af søgebilag øger således reliabiliteten af dette systematiske review.

Den systematiske søgning ledte til fire studier, mens referencelistesøgningen ledte til yderligere fem studier. At kun fire relevante studier er identificeret i den systematiske søgning, mens yderligere fem er identificeret i referencelistesøgningen indikerer, at den systematiske søgning ikke har været udtømmende. Udførelsen af referencelistesøgning i tillæg til den systematiske søgning kan bidrage til at sikre identificering af så meget relevant litteratur som muligt.⁷⁸, og i dette systematiske review har referencelistesøgningen bidraget til netop dette. Referencelistesøgningen er foretaget i seks tidligere publicerede reviews og i de fire inkluderede artikler, hvor alle referencer er systematisk relevansscreenet ud fra de opstillede in- og eksklusionskriterier. Blandt disse reviews er bl.a. et Cochrane Review fra 2020⁷³, fem nyere reviews fra perioden 2017-2020^{72-75,77} og samlet set udgør de seks reviews en bred afdækning af problemfeltet omkring lediges helbred samt forebyggelse og sundhedsfremme målrettet ledige. Disse reviews kan således forventes at være af høj kvalitet, inkludere de allernyeste studier samt dække problemfeltet bredt, hvorfor referencelistesøgningen i disse reviews vurderes at have bidraget væsentlig til, at den samlede søgning i dette systematiske review kan anskues som udtømmende. Dette styrkes yderligere af, at det gennem udførelsen af referencelistesøgningen blev erfaret, at ingen nye studier fremkom efter referencelistesøgning i de fire nyeste reviews,⁷²⁻⁷⁵ men at det derimod var de samme studier, som fremkom gentagne gange. Den grundige referencelistesøgning i tillæg til den systematiske søgning vurderes at øge validiteten

i dette systematiske review, mens selve behovet for at udføre referencelistesøgningen for at opnå en udtømmende søgning indikerer problemer med validiteten af selve den systematiske søgning. Udførslen af referencelistesøgning svækker reliabiliteten i dette systematiske review, da systematikken i referencelistesøgningen ikke kan afrapporteres, hvilket er forsøgt imødekommet ved præcis angivelse af hvilke artikler og reviews, der er udført referencelistesøgning i.

Der kan være forskellige årsager til at den systematiske søgning ikke har været udtømmende. Der er i den systematiske søgning valgt at have fokus på at opnå høj præcision grundet en kort tidshorisont og begrænsede arbejdsressourcer. Da præcision og genfinding er omvendt proportionelle, vil en høj præcision betyde en lavere genfinding ⁸⁶. En lav genfinding kan betyde, at relevante studier ikke identificeres ⁸⁶, hvormed søgningen risikerer ikke at være udtømmende, som i den systematiske søgning i dette systematiske review. Genfindingen kunne have været øget ved anvendelse af flere søgetermer, søgning i flere felter eller i flere databaser, hvilket ville have betydet en lavere præcision og dermed større tids- og ressourceforbrug i udvælgelsesfasen grundet flere irrelevante hits. Endvidere vil de mange irrelevante hits ved høj genfinding øge risikoen for fejl i udvælgelsesfasen ⁸³.

Søgestrategien diskuteres i det følgende i relation til databaser, søgetermer, søgetekniske valg og udvælgelsesfasen. I diskussionen inddrages viden om de fem studier, som blev identificeret gennem referencelistesøgningen og ikke gennem den systematiske søgning, ⁹⁶⁻¹⁰⁰. Herunder inddrages viden om hvilke databaser, disse kan fremsøges i samt hvilke emneord, der er tilknyttet disse (se bilag 4), da disse informationer kan belyse, hvordan ændringer i søgestrategien kunne have bidraget til at opnå en mere udtømmende søgning og dermed øget validiteten af den systematiske søgning.

7.2.1 Databaser

Med henblik på at opnå en udtømmende søgning, er der søgt i flere databaser ⁸³, hvor det i dette systematiske review er særlig relevant, at databaserne dækker flere videnskabelige områder, som psykologi, sundhed og samfundsvidenskab grundet problemstillingen i dette speciale. Der er derfor søgt i seks forskellige elektroniske databaser, som vurderes at dække disse videnskabelige områder, hvilket øger validiteten i reviewet. De fem inkluderede studier, som ikke blev fundet i den systematiske søgning, kan alle fremsøges i én eller flere af disse seks databaser, heraf kan alle fem

studier fremsøges i databaseplatformen *ProQuest*. På baggrund heraf vurderes de seks afsøgte databaser at være adækvate til at opnå en udtømmende søgning.

7.2.2 Søgetermer

Valget af bloksøgning ud fra PICO-modellen som søgestrategi har medvirket til at skabe systematik i søgningen⁸⁵ og derved øget reliabiliteten af søgningen. Der er opstillet tre søgeblokke dækkende *population, intervention og outcome* jf. tabel 2. I hver blok er kontrollerede emneord og forskellige fritekstsøgeord kombineret, idet en kombination af kontrollerede emneord og relevante fritekstsøgeord i de enkelte søgeblokke kan bidrage til at opnå en udtømmende søgning.⁷⁸ Idet søgningen ikke kan ansues som udtømmende i den systematiske søgning, diskuteres i det følgende, hvorledes andre valg i relation til søgetermer kunne have ændret dette.

Population: Ledige

De valgte søgetermer for målgruppen i form af det kontrollerede emneord *unemployment* suppleret med fritekstordene *unemploy**, *jobseek** og *"out of work"*, vurderes at have været dækkende for målgruppen, idet der ikke er identificeret andre relevante termer eller betegnelser for gruppen af ledige i de tidligere publicerede reviews eller de fem inkluderede studier fra referenceliste-søgningen. Søgetermerne dækker bredt over alle udenfor arbejdsmarkedet, hvilket har betydet flere irrelevante hits, som måtte screenes og ekskluderes manuelt. Dette har betydet et større tidsforbrug i udvælgelsen, men vurderes ikke at have nogen betydning for validiteten.

Intervention: Forebyggelsestiltag

I forhold til intervention, er det valgt at anvende brede termer, således alle typer af primære og sekundære forebyggelsestiltag, herunder både individrettet og strukturelle primære forebyggelsestiltag, inkluderes i søgningen. Problemstillingen i dette speciale kan ansues at bevæge sig indenfor både det sundhedsvidenskabelige, samfundsvidenskabelige og sociologiske felt grundet fokus på både stress og ledighed. I den indledende søgning, som havde til formål bl.a. at identificere relevante og centrale begreber indenfor problemfeltet,⁸² kunne der ikke identificeres relevante internationale synonymer for begrebet *strukturelle forebyggelsestiltag* hverken som kontrolleret emneord eller fritekstsøgeord. Ved en afsøgning af de kontrollerede emneord i de sundhedsfaglige databaser *Embase*, *PubMed* og *PsycInfo* findes begreberne *health promotion* og *primary prevention*

at dække både de individ- og populationsrettede forebyggelsestiltag herunder også strukturelle tiltag. Den indledende søgning viste, at disse sundhedsfaglige begreber om tiltag, der i et folkesundhedsmæssigt perspektiv anskues som strukturelle forebyggelsestiltag, ikke var systematisk anvendt i de tværvidenskabelige databaser. Dette skyldes formentlig, at databaserne dækker andre emneområder end sundhed med andre fagbegreber samt at der ikke kan anvendes kontrollerede emneord i disse databaser. For at øge genfindingen er det derfor valgt, at supplere de sundhedsfaglige begreber med fritekstsøgeord omhandlende *beskæftigelsespolitik* i de tværfaglige databaser i form af *"labour market poli*"* og *"unemployment poli*"*. Det blev valgt at operationalisere strukturelle forebyggelsestiltag til beskæftigelsespolitik, idet det gennem problemanalysen er fremanalyseret, at beskæftigelsespolitik udgør en central strukturel determinant for stress blandt ledige.

I to ud af de fem studier, som ikke fremkom i den systematiske søgning, indgår de anvendte søgetermer for forebyggelsestiltag ikke af artiklernes emneord.^{96,100} I studiet af Vuori et al.⁹⁶ anvendes ordene *labour market* (da: *arbejdsmarked*) og *employment policy* (da: *arbejdsmarkedspolitik*), som kan anses som variationer af de anvendte søgetermer for beskæftigelsespolitik *"labour market poli*"* og *"unemployment poli*"*. Søgetermen *labour market* blev identificeret under den indledende søgning, men fravalgt i søgestrategien, da inklusion af søgetermen bidrog med en stor mængde irrelevante hits. Dette illustrerer, hvorledes genfindingen i den systematiske søgning kunne have været øget ved at anvende bredere eller flere søgetermer, men at dette vil reducere præcisionen og derved øge tidsforbrug og risikoen for fejl i udvælgelsen. I studiet af Creed et al. (1999)¹⁰⁰ er der ikke anvendt emneord, som synes at dække forebyggelse, sundhedsfremme eller beskæftigelsespolitik, men derimod er der anvendt emneordet *coping strategies*, som refererer konkret til indholdet af forebyggelsestiltaget. Dette indikerer, at genfindingen kunne have været øget ved at de brede søgeord for forebyggelsestiltag var blevet suppleret med mere indholdsspecifikke søgeord, som f.eks. *coping*. Alternativt kunne søgningen have været gentaget med anvendelse af disse smallere søgeord med henblik på at afsøge, om der fandtes mere relevant materiale, men dette blev fravalgt grundet tidsforbruget herved. Dette reducerer validiteten af dette systematiske review.

Outcome: Stress

I dette speciale er fokus på den langvarige stress og begrebet stress forstås med et bredt udgangspunkt jf. afsnit 2.2.1, hvor en person kan opleve stress både med og uden tilstedeværelsen forskellige symptomer. Herunder inkluderes også det engelske begreb *distress*. Der er derfor søgt på kontrollerede emneord omhandlende stress og distress suppleret med *stress* som fritekstord. Denne søgning blev vurderet at være dækkende, idet formålet var at fremsøge litteratur, som specifikt undersøger effekten målt på forekomsten af stress eller stressniveauet og ikke andre mentale og psykiske problematikker. Kun én ud af de fem studier, som er fundet ved referencesøgning, har stress eller distress som emneord ⁹⁶. I de øvrige studier afdækkes outcome af emneordene *mental health*, *well-being* og *depression*. Der kunne være opnået en mere udtømmende søgning ved at anvende disse bredere termer, og i stedet foretage manuel udvælgelse af studier med stress eller distress som outcome på baggrund af de opstillede in- og eksklusionskriterier. Dette vil dog have den ulempe, at der vil fremkomme en massiv mængde irrelevante hits i søgningen og dermed øge risikoen for fejl i udvælgelsen betydeligt og blev på baggrund heraf fravalgt.

7.2.3 Søgetekniske valg og udvælgelse

Søgningen i de enkelte databaser kan udføres som søgning i alle felter eller i specifikke felter ⁸³, hvor der i den systematiske søgning i dette review er søgt i alle felter i de tre sundhedsfaglige databaser og i felterne *titel*, *abstract* og *keywords* i de tre tværvideenskabelige databaser. Dette blev valgt på baggrund af målet om at opnå høj præcision i søgningen, idet søgning i alle felter i de tre tværvideenskabelige databaser medførte en betydelig mængde irrelevante hits. Søgning i alle felter i de tre tværvideenskabelige databaser kunne have øget muligheden for at opnå en udtømmende søgning, men grundet ulempen herved ift. øget tidsforbrug i udvælgelsen og risikoen for at begå fejl i udvælgelsen, blev dette fravalgt.

Systematik og transparens i udvælgelsen er sikret dels ved at opdele udvælgelsen i faser og dels ved opstilling af præcise in- og eksklusionskriterier, som anbefalet af Booth et al.⁷⁹ og i The Cochrane Handbook⁷⁸. Denne systematiske tilgang øger muligheden for at reproducere søgning med samme resultat, dvs. reliabiliteten øges. Ifølge The Cochrane Handbook⁷⁸ bør udvælgelsen foretages af mindst to personer bl.a. for at sikre at relevante studier ikke fravælges. Det har grundet begrænsede

arbejdsressourcer ikke været muligt i udarbejdelsen af dette systematiske review. Dette øger risikoen for fejl i udvælgelsen, hvilket er søgt imødekommet ved at genlæse titel, abstract eller artiklen igen ved den mindste tvivl og ved konsekvent at holde hver enkel artikel op mod in- og eksklusionskriterierne. Det vurderes derfor ikke at have svækket validiteten betydeligt.

7.2.4 Dataekstraktion

Dataekstraktionen er central i et systematisk review, da den efterfølgende syntese og analyse tager udgangspunkt i den ekstraherede data.⁷⁹ Systematikken i dataekstraktionen er sikret ved at være udført med udgangspunkt i en hertil udarbejdet formaliseret dataekstraktionsformular (bilag 3), hvilket øger reliabiliteten. For at minimere fejl under dataekstraktionen bør dataekstraktionen ifølge The Cochrane Handbook⁷⁸ udføres af to personer, som sammenligner resultater. Udføres dataekstraktionen af én person, er der større risiko for fejl, men tidsforbruget er mindre.¹⁰⁴ Ifølge Buscemi et al.¹⁰⁴ bør mængden af tids- og arbejdsressourcer opvejes ift. om dataekstraktionen udføres af én eller to personer. Netop mængden af arbejdsressourcer har betydet, at dataekstraktionen er udført af én person. Med henblik på at minimere risikoen for fejl er alle dataekstraktionsformularer gennemlæst efter udfyldelse, hvor data er gennemgået og sammenlignet med artiklerne en ekstra gang forud for overførslen af data fra dataekstraktionsformular til matrice. Derfor vurderes det ikke at svække validiteten, at dataekstraktionen kun er udført af én person.

7.3 Validitet og reliabilitet i det systematiske review

Reliabiliteten i dette systematiske review er øget gennem transparent afrapportering af den systematiske søgning i søgebilag samt ved at sikre systematik i søgningen ved opstilling af søgeblokke med søgetermer, anvendelse af præcise prædefinerede in- og eksklusionskriterier samt faseopdeling af udvælgelsen. Reliabiliteten svækkes dog af, at referencelistesøgningen er af central betydning for identificeringen af al relevant litteratur, idet dette er en mindre systematisk og transparent søgemetode. Samlet set vurderes reliabiliteten at være tilfredsstillende.

Idet fem ud af de ni inkluderede studier blev fundet gennem referencelistesøgningen, kan den systematiske søgning ikke anses som værende udtømmende, hvilket vidner om problemer relateret til validiteten af den systematiske søgning. Fokus på at opnå højere genfinding i de søgetekniske valg kunne have øget validiteten. Herunder kunne flere både smallere og bredere søgeord samt

søgning i alle felter i de tværvideenskabelige databaser have øget validiteten, idet dette ville have bidraget til en mere udtømmende systematisk søgning. Dette blev fravalgt grundet tidsforbruget og den større risiko for at lave fejl i udvælgelsen. Den omfattende referencelistesøgning vurderes dog at have øget validiteten af det systematiske review samlet set og bidraget til at opnå en mere udtømmende søgning.

Det kan dog ikke udelukkes, at der eksisterer litteratur, som uanset de søgetekniske valg ikke ville blive identificeret i dette systematiske review, idet litteratur, som ikke publiceres som videnskabelige artikler, ikke vil blive fremsøgt. Dette kan være særlig aktuelt for dette systematiske review, som har udgangspunkt i flere videnskabelige retninger. Der kan være forskellige forsknings- og publiceringstraditioner indenfor disse videnskabelige retninger, som betyder, at ny viden publiceres på andre måde end videnskabelige artikler. Hvorvidt det havde været relevant at inddrage andre publikationskilder end videnskabelige databaser, kunne have været belyst ved at kontakte eksperter indenfor området, som kunne have bidraget med viden og erfaring om centrale publikationskilder indenfor deres videnskabelige felt.

8. Resultatdiskussion

I det følgende afsnit diskuteres resultaterne fra syntesen præsenteret i afsnit 6. Formålet hermed er at diskutere resultaternes implikationer for forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark med henblik på at inddrage denne viden i udarbejdelsen af et beslutningsgrundlag.

8.1 Indsatserne i relation til danske forhold

Idet det beslutningsgrundlag, der skal udarbejdes i dette speciale, omhandler forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark, er det relevant at sammenligne de identificerede forebyggelsesindsatser med allerede eksisterende indsatser i Danmark med det formål at vurdere hvilke områder og indsatser, der kan forandres med henblik på at forebygge stress blandt ledige.

Forebyggelsesindsatser målrettet ledige vil i Danmark formentlig være placeret under den aktive beskæftigelsesindsats jf. afsnit 2.4. Retten og muligheden for at deltage i indsatser og tilbud under den aktive beskæftigelsesindsats er reguleret i LAB-loven.⁴¹ I Danmark kan ledige bl.a. have ret til virksomhedspraktik, ansættelse med løntilskud, forskellige typer af vejledning og opkvalificering herunder jobrettet uddannelse og kurser, ordinær uddannelse samt kortere vejlednings- og afklaringsforløb.⁴¹ Indsatser som praktik og løntilskud kan sammenlignes med nogle af de indsatser, som indgår i de to studier, hvor effekten af alle typer af indsatser undersøges samlet.^{96,99} Erhvervskompetencetræningsindsatser, som undersøges i studierne af Creed et al. (1998)⁹² og Saloniemi et al.⁹⁸, vurderes sammenlignelige med de danske indsatser *jobrettet uddannelse og kurser* samt *ordinær uddannelse*. Jobsøgningsindsatser og indsatser med psykologisk indhold vil formentlig høre under korterevarende vejlednings- og afklaringsforløb under §91 i LAB-loven.⁴¹ Loven giver her mulighed for, at det besluttes i den enkelte kommune, hvilke indsatser de vil udbyde under denne paragraf og indholdet heraf. Hermed vurderes de identificerede indsatser overordnet set at være sammenlignelige med allerede eksisterende indsatser i Danmark eller at kunne implementeres som indsatser under den eksisterende lovgivning.

8.2 Overførbare af de fundne indsatser og effekter

De indsatser, som undersøges i studierne, vurderes således sammenlignelige med eksisterende danske indsatser eller forenelig med dansk lovgivning, men på trods heraf kan forhold reducere

studiernes eksterne validitet. Disse forhold diskuteres i det følgende afsnit med henblik på at afdække overførbarheden af resultaterne til dansk kontekst.

Omfang af litteratur og kritisk kvalitetsvurdering

Med kun ni identificerede studier vurderes omfanget af litteratur på området overordnet set at være sparsomt, hvilket indikerer, at der ikke er et stort internationalt fokus på forebyggelse af stress blandt ledige. Der er foretaget kritisk kvalitetsvurdering af studierne, hvor den metodiske kvalitet af de enkelte studier vurderes med henblik på at vurdere troværdigheden af resultaterne i studiet.⁸³ Som beskrevet i afsnit 6.2.1 er der med udgangspunkt i den kritiske kvalitetsvurdering ikke identificeret litteratur af høj kvalitet, idet der er risiko for bias i alle ni studier og derudover er der i fire studier domæner, hvorom der mangler information. Risikoen for bias samt manglende information reducerer troværdigheden af resultaterne i studierne og dermed den interne validitet i studierne, hvilket reducerer den eksterne validitet.⁸³ Kun tre studier er RCT-studier,^{93,95,97} mens de øvrige studier er af andre lavererangerende studiedesigns. Samlet set er mængden af litteratur sparsom og kvaliteten af den identificerede litteratur af lav til moderat kvalitet, hvorfor resultaterne af studierne skal anvendes med forbehold for deres metodiske kvalitet.

Studiernes alder og kontekst

Som fremanalyseret i problemanalysen, kan beskæftigelseslovgivningen i et socioøkologisk perspektiv anses at udgøre en strukturel determinant for stress blandt ledige. Dette fordi beskæftigelseslovgivningen direkte påvirker de lediges rettigheder og forpligtigelser under ledighed samt indirekte de økonomiske konsekvenser af ledighed, italesættelsen af ledighed og risikoen for stigmatisering. Idet beskæftigelseslovgivningen i andre lande ofte vil differentiere sig fra danske forhold, vil studierne kontekst have betydning for overførbarheden til Danmark. Endvidere vil både beskæftigelseslovgivningen og den økonomiske konjunktur også ændres over tid, hvorfor studierne alder også vurderes at have betydning for overførbarheden til nutidige forhold.

De ni studier er fra perioden 1998-2015, heraf er seks studier 15-32 år gamle.^{92,94-97,100} Kun tre studier er mindre end fem år gamle. Ingen af studierne er fra Danmark men fra fem øvrige lande, heraf er fire fra Finland,^{94-96,98} to fra Australien,^{92,100} ét fra Storbritannien,⁹⁹ ét fra USA⁹⁷ og ét fra Spanien.⁹³ Alene indenfor nabolande, som Danmark ellers ofte sammenlignes med, findes store

variationer indenfor beskæftigelseslovgivningen og dagpengesystemet, herunder også Finland og Storbritannien.⁵⁵ Bl.a. er dagpengeperioden i Storbritannien kun seks måneder, mod to år i både Danmark og Finland og dagpengeydelsen i Storbritannien er også markant lavere end i Danmark og Finland.⁵⁵ Beskæftigelseslovgivningen, dagpengesystemerne og den økonomiske konjunktur i Australien i perioden 1998-1999, i USA i 1995 og i Spanien i 2015 vil formentlig ligeledes differentiere sig fra forholdene i Danmark i 2020. Idet økonomiske vanskeligheder under ledighed øger risikoen for stress,⁵³ vil f.eks. dagpengeydelsen eller -perioden formentlig have betydning for de lediges oplevelse af stress. På baggrund heraf vurderes det sandsynligt, at beskæftigelseslovgivningen som kontekst og herunder dagpengeydelsen og -perioden har betydning for, hvilken effekt indsatserne kan opnå. Studiernes kontekst og alder reducerer dermed overførbareheden til Danmark og de effekter, der findes i studierne kan ikke forventes ved implementering af indsatserne i Danmark i 2020.

Effektmål og måleredskaber

Det er valgt at inkludere distress som søgeord for stress og i syv ud af de ni studier er effektmålet distress og ikke stress, mens både stress og distress er effektmål i to studier.^{93,98} På engelsk differentieres mellem begreberne distress og stress¹⁰⁵, men der synes ikke at eksistere et anvendt dansk begreb for distress. Distress er af Selye⁸⁴ defineret som den dårlige, skadelige og ubehagelige stress, idet Selyes udgangspunkt var, at stress altid var til stede og en forudsætning for at leve, men at der kunne skelnes mellem god og dårlig stress.⁸⁴ Denne skelnen synes at være sammenlignelig med begreberne akut og langvarig stress, hvor den akutte stress er en fordelagtig og naturlig reaktion, som kan bidrage positivt til at håndtere og overkomme kortvarige belastninger, hvorimod den langvarige stress er u hensigtsmæssig og kan øge risikoen for sygdom på lang sigt.^{28,29} Da fokus i dette speciale netop er på langvarig stress, vurderes distress som begreb at være adækvat og distress som effektmål er relevant. Det vurderes derfor ikke problematisk, at effektmålet er distress i otte studier og at kun tre studier har stress som effektmål.

GHQ anvendes som måleredskab i otte studier. GHQ er oprindeligt udviklet til at identificere personer med diagnosticerbare psykiatriske lidelser.¹⁰⁶ På trods heraf har GHQ en lang tradition indenfor forskning af ledighed og mentalt helbred¹⁰⁷ og GHQ-12 er blevet et hyppigt anvendt måleredskab indenfor den arbejdsmarkedsrettede forskning som et måleredskab for psykologisk

distress.¹⁰⁸ Anvendelsen af måleredskabet vurderes derfor relevant og dækkende ift. at afdække effekten på stress. De udsagn, som indgår i GHQ, omhandler bl.a. oplevelsen af søvn, koncentration, glæde, udefrakommende pres, at føle sig nyttig og selvtillid samt tanker om sig selv som værdiløs.¹⁰⁸ Med dette overvejende fokus på respondentens oplevelser, tanker og følelser vurderes GHQ-12 primært at have udgangspunkt i den psykologiske forståelse af stress jf. afsnit 2.2.1, men med enkelte adfærdsrelaterede elementer såsom søvn og koncentration. Som diskuteret i afsnit 2.2.2 har operationaliseringen af stress i et måleredskab udgangspunkt i en bagvedliggende forståelse af stress, hvilken vil have betydning for, hvilke effekter der måles og tolkningen af disse. Ved anvendelse af GHQ-12 som måleredskab måles der på områder som nyttighed, glæde og udefrakommende pres, hvilket er områder, der kan påvirkes af netop ledighed. Dette bidrager til en forståelse af, hvorfor der findes effekter af indsatserne målt ved GHQ, men bidrager ikke med viden om effekter, som har udgangspunkt i andre forståelser af stress, eksempelvis stress som en reaktion på en kvantitativ belastning. Det er dermed kun stress med denne bagvedliggende forståelse, som afdækkes i de studier, hvor GHQ-12 er anvendt som måleredskaber, hvilket er relevant at holde for øje i tolkningen af studiernes resultaterne og implikationer for praksis.

8.3 Tendenser ud fra evidensen

På trods af ovenstående forbehold, som reducerer overførbareheden til dansk kontekst, findes der forskellige elementer i studiernes resultater, som kan være relevante at indtænke i anbefalinger for forebyggelsen i Danmark.

Resultaterne viser, at dét at deltage i en beskæftigelsesindsats uanset type har en umiddelbar men ikke langvarig reducerende effekt på distress,^{96,99} hvilket indikerer, at deltagelse i beskæftigelsesindsatser generelt kan have en forebyggende effekt på stress blandt ledige. At der kun ses en midlertidig effekt kan skyldes, at deltagelse i en indsats midlertidigt bidrager til at skabe tidsstruktur og aktiviteter i hverdagen, hvilket jf. problemanalysen kan medvirke til at reducere stress, hvorfor effekten forsvinder, når indsatsen afsluttes. Aktiviteter som praktik, løntilskud og uddannelse indgår i disse studier og resultaterne indikerer dermed, at disse allerede eksisterende indsatser i Danmark kan have en forebyggende effekt på stress. Da der ikke identificeret studier, der undersøger effekten på stress af denne type indsatser særskilt eller i dansk kontekst, vurderes det

relevant, at der iværksættes evalueringer med stress som effektmål af disse indsatser. Dette vil kunne bidrage til at opnå viden om de forebyggende effekter af disse typer af indsatser.

Der findes en langvarig reducerende effekt på stress, når der ses på jobsøgningsindsatser baseret på JOBS-indsatsen.^{97,109} Indsatserne i disse studier er baseret på en amerikansk indsats fra 1989, som i studierne er revideret⁹⁷ og herefter også oversat og justeret til finske forhold.⁹⁵ Indsatsen er således udviklet under andre samfundsøkonomiske forhold og med andre beskæftigelsespolitiske rammer, hvilket reducerer overførbarheden til Danmark. JOBS-indsatsen bør derfor ikke implementeres i den originale form i Danmark år 2020, men resultaterne indikerer, at det kan være relevant, at ledige tilbydes en jobsøgningsindsats, som er udviklet med inspiration fra indhold og form i JOBS-indsatsen. F.eks. kan det være relevant, at en ny jobsøgningsindsats ligesom JOBS-indsatsen er gruppebaseret, idet det i problemanalysen er fremanalyseret, hvorledes sociale forhold udgør en determinant for stress blandt ledige. JOBS-indsatsens varighed på kun én uge^{95,97} er også interessant at inddrage i udviklingen af en ny jobsøgningsindsats, da en kortere varighed formentlig vil være billigere i driften af indsatsen end længerevarende indsatser. I relation til jobsøgningsindsatser findes det endvidere, at det særligt er indholdselementerne *støttende læringsmiljø* og *forberedelse på afslag*, som bidrager til at skabe en reducerede effekt på stress.⁹⁴ Dette indikerer, at inddragelse af disse indholdselementer i jobsøgningsindsatser kan være relevant. Det synes sandsynligt, at særligt *forberedelse på afslag* kan være med til at skabe den langvarige effekt i JOBS-indsatsen,⁹⁵ da læring herom bidrager til den lediges mestring af stressfulde oplevelser som jobafslag i fremtiden og ikke blot, mens indsatsen står på. Det findes endvidere, at ledige med ledighedsvarighed mindre end tre måneder oplever større reduktion i stress ved deltagelse i JOBS-indsatsen end ledige med længere ledighedsvarighed.⁹⁵ Med baggrund heri vurderes det relevant, at en jobsøgningsindsats tilbydes ledige indenfor de første tre måneder af deres ledighedsperiode. Flere af studierne finder, at effekten modereres af risikoen for depression⁹⁷ eller depressionscore,⁹⁵ hvor der ses en større reduktion i stress blandt ledige med høj risiko eller høj depressionscore. Det kan derfor være relevant i udviklingen af en jobsøgningsindsats at overveje, hvorvidt målgruppen for indsatsen skal være alle ledige eller en undergruppe af ledige.

8.4 Mangel på evidens om strukturel forebyggelse af stress blandt ledige

Der er i dette review ikke identificeret studier, som undersøger effekten af strukturelle forebyggelsesindsatser. Det er i problemanalysen fremanalyseret, at strukturelle forhold kan anskues at udgøre centrale determinanter for stress blandt ledige, hvorfor det er påfaldende, at der ikke er identificeret studier, som omhandler strukturelle forebyggelsesindsatser. Jævnfør metode-diskussionen i afsnit 6 kan det ikke udelukkes, at sådanne studier eksisterer, men at valg af publikationskilder i dette review har betydet, at disse ikke er blevet fremfundet.

Der kan desuden eksistere andre typer af evalueringer af strategier, tiltag og indsatser, som kan bidrage med relevant viden om, hvordan ændringer i strukturelle forhold kan påvirke lediges helbred, men ikke publiceres eller anskues som evidens i traditionel forstand og derfor ikke indgår i dette review. De danske fireårige frikommuneforsøg kan anskues at udgøre tiltag, som omhandler ændringer i strukturelle forhold og evalueringerne af disse kan bidrage med relevante erfaringer, men vil typisk ikke publiceres som artikler i videnskabelige databaser. Der er gennemført to frikommuneforsøg i perioderne 2012-2015 og 2016-2020.¹¹⁰ Frikommuneforsøgene er et samarbejde mellem regering og kommuner om at opnå afbureaukratisering, effektivisering og bedre styring indenfor forskellige områder i den offentlige sektor herunder beskæftigelsesområdet. Erfaringerne fra forsøgene skal løbende inspirere til forenkling af de statslige regler på området.¹¹⁰ Frikommuneforsøgene indikerer en politisk opmærksomhed på, at forsøg med forenkling af regler og lovgivning kan bidrage med relevant erfaring og viden samt en politisk vilje til at lade praktiske erfaringer påvirke lovgivningen. Der blev både i første og anden periode afviklet forsøg med fritagelse fra visse statslige regler for afholdelse af kontaktforløb og aktivering af ledige herunder indhold, form og kadence for samtaler med ledige.^{111,112} Det er i afsnit 2.5.1 fremanalyseret, hvorledes overvågningen af de lediges overholdelse af mange lovbestemte rettigheder og forpligtigelser herunder også deltagelse i lovbestemte møder kan bidrage til at ledige oplever en latent frygt for at gøre noget forkert⁴⁷, og at dette kan udgøre en potentiel årsag til stress blandt ledige. Fritagelse fra statslige regler ift. samtaler og tilbud til ledige vil formentlig betyde, at den enkelte ledige vil opleve at skulle leve op til færre regler og føle sig mindre overvåget, hvilket kan føre til reduceret frygt for at fejle og derved mindre stress.

Frikommuneforsøgene på beskæftigelsesområdet forventes bl.a. at medføre resultater ift. borgernes tilfredshed¹¹² og at øge borgerens motivation og empowerment.¹¹¹ Disse borger-

relaterede effekter af fritagelse fra visse statslige regler er ikke effektmål i hverken den kvantitative eller kvalitative evaluering af første periode.^{112,113} Af andre effekter viser evalueringerne fra første periode, at friheden generelt set ikke medførte nogen hverken negativ eller positiv effekt på bl.a. beskæftigelsesgraden,¹¹² hvilket indikerer, at der som udgangspunkt ikke er nogle negative samfundsøkonomiske konsekvenser ved mindre statslig regulering. Der foreligger endnu ikke offentlig tilgængelige evalueringer af anden periode, som netop er afsluttet.

Der er ingen aktuelle frikommuneforsøg, men regeringen vil gentænke frikommuneordningen som en del af en nærhedsreform,¹¹⁴ som vil skabe mulighed for lignende forsøg. Nærhedsreformen omfatter indtil videre fuldstændig frihed fra statslig regulering og lovgivning indenfor folkeskole-, dagtilbuds- og ældreområdet i syv kommuner.¹¹⁵ Beskæftigelsesindsatsen er således ikke indtil videre omfattet af nærhedsreformen, men Kommunernes Landsforening er kommet med input til beskæftigelsesområdet i nærhedsreformen, hvor det bl.a. foreslås, at alle proceskrav ift. samtaler og tilbud fjernes og der er øget fokus på den individuelle indsats på beskæftigelsesområdet.¹¹⁶ Erfaringerne fra andet frikommuneforsøg indikerer samtidigt, at den større frihed generelt set enten har forbedret eller skabt samme resultater som tidligere^{117,118} og med udgangspunkt i disse forhold, vurderes det sandsynligt, at der også i fremtiden vil blive lavet forsøg med fritagelse fra statslige regler på beskæftigelsesområdet.

Denne type forsøg med fritagelse fra visse statslige regler kan ansues at udgøre strukturelle forebyggelsestiltag, hvor tiltaget består i ændringer i beskæftigelseslovgivningen. Der er i dette speciale fremanalyseret teoretiske argumenter for, at beskæftigelseslovgivningen udgør en strukturel determinant for stress blandt ledige. Der er ikke identificeret litteratur, som afdækker dette og i evalueringer af de gennemførte frikommuneforsøg har stress ikke været anvendt som effektmål. Det vurderes relevant, at der forud for en eventuel inddragelse af ændringer beskæftigelseslovgivningen i forebyggelsen af stress blandt ledige opnås mere viden om de forebyggende effekter på stress af sådanne ændringer.

9. Beslutningsgrundlag: Anbefalinger til forebyggelse af stress blandt ledige

Dette afsnit har til formål at omsætte den viden, der fremkommet gennem det systematiske review til et beslutningsgrundlag, som rummer konkrete og praksisnære anbefalinger til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark. Afsnittet vil dermed bidrage til at besvare specialets andet forskningsspørgsmål: *”Hvordan kan viden herom anvendes til udformning af anbefalinger til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark ift. at reducere forekomsten af stress blandt ledige eller de lediges stressniveau?”*

9.1. Anbefalinger

Der er i dette systematiske review identificeret ni studier, som undersøger effekten af forebyggelsestiltag målrettet ledige ift. forekomsten af stress blandt ledige eller de lediges stressniveau. Omfanget af litteratur på området er således overordnet sparsomt og kvaliteten er lav til moderat. Studiernes alder og kontekst reducerer endvidere overførbareheden til Danmark i år 2020. Disse forbehold betyder, at det ikke kan anbefales, at de identificerede forebyggelsesindsatser implementeres i den oprindelige form i Danmark. Reviewet bidrager med viden om tendenser i evidensen, som kan være relevante at inddrage i forandringen af forebyggelse af stress blandt ledige i Danmark.

Af tabel 6 fremgår anbefalingerne for forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark.

Anbefalinger til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark
Del 1:
Udvikling en ny jobsøgningsindsats
Elementer i indsatsens indhold og form: - Tilbydes indenfor de første tre måneders ledighed - Har fokus på at skabe et støttende læringsmiljø - Indeholder læring om forberedelse på jobafslag - Med inspiration fra JOBS-indsatsen: Gruppebaseret, kort varighed (f.eks. 1 uge) - Evt. målrettet en undergruppe af ledige
Del 2:
Opnå mere viden om de forebyggende effekter på stress af praktik, løntilskud og uddannelse samt ændringer i beskæftigelseslovgivningen
- Evaluere de allerede eksisterende indsatser praktik, løntilskud og uddannelse ift. effekten på stress - Anskue fremtidige forsøg med fritagelse fra statslige regler (eks. Frikommuneforsøg, Nærhedsreform) som strukturelle forebyggelsestiltag og inkludere stress som effektmål i evalueringerne af eventuelle fremtidige forsøg

Tabel 6: Anbefalingerne i dette speciale til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark

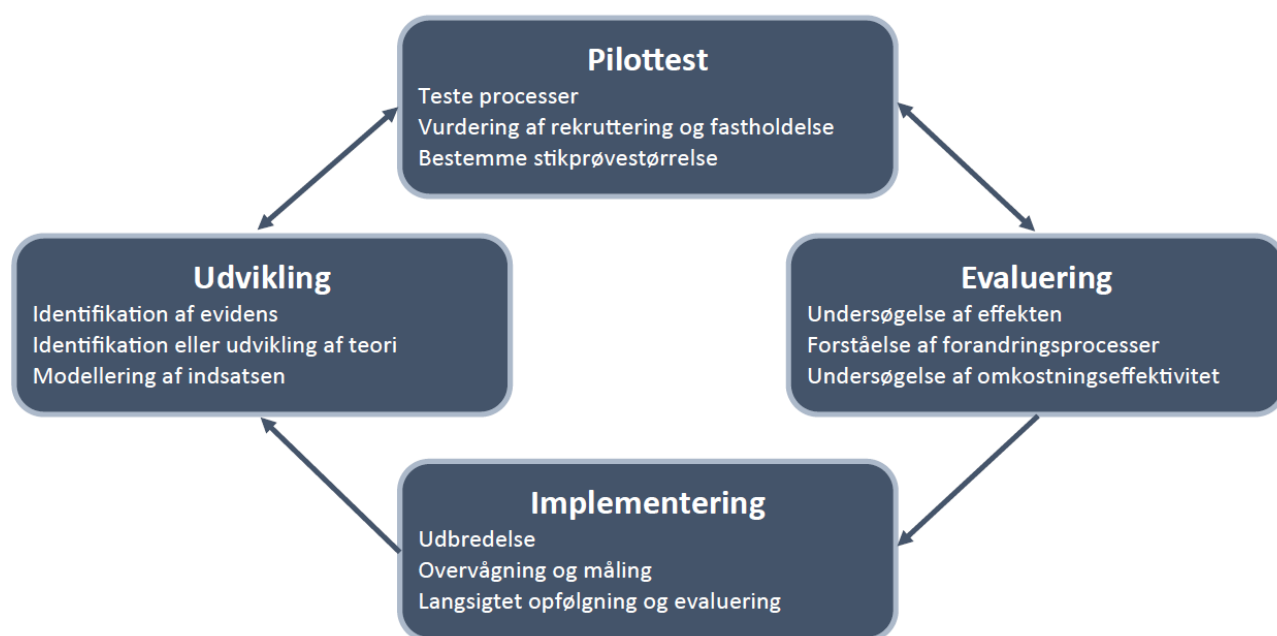
9.2. Forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark

Med det formål at fremsætte praksisnære anbefalinger vil der indledningsvist i dette afsnit redegøres for, hvorledes anbefalingernes del 1 omkring implementering af en ny jobsøgningsindsats, kan omsættes til forandring i praksis ift. udvikling, test, evaluering og implementering med udgangspunkt i *Medical Research Council's Framework* (MRC-modellen)¹¹⁹. Efterfølgende beskrives mulige tilgange til anbefalingernes del 2 ift. at opnå viden om de forebyggende effekter på stress af de allerede eksisterende indsatser praktik, løntilskud og uddannelse samt forsøg med fritagelse fra statslige regler. Herefter redegøres for hvilke aktører, der vil være involveret i en forandring i Danmark, som har udgangspunkt i de opstillede anbefalinger, samt for økonomiske forhold i relation til denne forandring. Formålet hermed er at skabe overblik over, hvem der bærer det praktiske og økonomiske ansvar for den anbefalede forandring. Slutteligt redegøres for potentielle utilsigtede

konsekvenser ved anbefalingerne, som skal bidrage til at kvalificere og nuancere beslutningerne i beslutningsgrundlaget vedrørende forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark.

9.2.1 MRC-modellen som ramme for udvikling af en jobsøgningsindsats

MRC-modellen i figur 3, er en model, hvori der er opstillet rammer for udvikling, evaluering og implementering af nye indsatser,¹¹⁹ hvorfor denne model vurderes relevant at anvende i arbejdet med udvikling af en ny jobsøgningsindsats. MRC-modellen består af fire faser *udvikling*, *pilottestning*, *evaluering* og *implementering*, hvilke gennemgås i relation til udviklingen af en jobsøgningsindsats i Danmark i det følgende.



Figur 3: MRC-modellen frit oversat til dansk fra Craig et al.¹¹⁹

Som illustreret ved pilene mellem faserne i figur 3 vil de forskellige faser interagere med hinanden, og vil som oftest ikke følge en lineær eller cyklisk orden,¹¹⁹ dvs. at det er muligt at bevæge sig frem og tilbage mellem faserne.

Fase 1: Udvikling

I udviklingsfasen bør der ifølge MRC-modellen indgå tre elementer: *Identifikation af eksisterende evidens*, *identifikation eller udvikling af teori* samt *modellering af indsatsen*. Udviklingsfasen

indledes med, at alt evidens vedrørende problemstillingen identificeres.¹¹⁹ Dette systematiske review kan ansues at udgøre en væsentlig del af dette første element, da reviewet har bidraget til at identificere den eksisterende evidens vedrørende effekten på stress af eksisterende forebyggelsestiltag målrettet ledige.

En teoribaseret fremfor udelukkende empirisk baseret indsats vil ofte have større chance for at opnå de ønskede resultater, hvorfor den evidensbaserede viden suppleres med en teoretisk forståelse for den forventede forandringsproces i det næste element.¹¹⁹ Den teoretiske viden kan være baseret på eksisterende teori eller udvikling af ny teori, hvor f.eks. interviews med centrale aktører kan være relevant.¹¹⁹ Med udgangspunkt i de fremanalyserede årsager til stress blandt ledige i afsnit 2.5, kan relevante teorier her være Lazarus og Folkmans teorier om stress og coping³² og Bech-Jørgensens hverdagslivsteori⁶⁰, som begge kan bidrage med teoretiske perspektiver på, hvordan en jobsøgningsindsats kan forventes at forebygge stress blandt ledige. Det kan i denne fase desuden være relevant at opnå viden, som kan kvalificere beslutningen om, hvorvidt indsatsen skal målrettes alle ledige eller en undergruppe, hvilket f.eks. interviews med ledige og beskæftigelsesmedarbejdere vurderes at kunne bidrage til.

Ud fra denne viden modelleres en indsats, som er sidste element i udviklingsfasen.¹¹⁹ Opstilling af en logisk model kan udgøre et relevant redskab i denne modellering (tabel 7).

Ressourcer	Aktiviteter	Outputs	Outcomes	Impact
Arbejdskraft Økonomiske ressourcer	Udvikling, evaluering og implementering. Oplæring af medarbejdere til at varetage indsatserne Rekruttering af ledige Driften af jobsøgningsindsatsen.	Ledige tilbydes deltagelse i en jobsøgningsindsats indenfor de første 3 måneders ledighed.	Afhænger af det præcise indhold, men kan være: Bedre jobsøgningskompetencer Bedre mestring af jobafslag Bedre sociale forhold.	Lavere stressniveau blandt ledige eller lavere forekomst af stress blandt ledige.

Tabel 7: Logisk model¹²⁰ med eksempler på elementer, der kan indgå i en jobsøgningsindsats

En logisk model udgør en visuel og systematisk metode til at præsentere den forventede relation mellem ressourcer, aktiviteter, outputs, outcomes og den endelige effekt af indsatsen.¹²⁰ Formålet med opstilling af en logisk model er at give relevante aktører et tydelig og systematisk overblik over, hvordan de tilførte ressourcer forventes at føre til de ønskede effekter.¹²⁰ I modellen (tabel 7) dækker *ressourcer* over arbejdskraft og de økonomiske ressourcer, der afsættes til indsatsen.

Aktiviteter i den logiske model beskriver hvilke processer, tiltag og indsatser i relation til gennemførslen af indsatsen, som ressourcerne anvendes til. *Outputs* er de direkte produkter af indsatsen. Under *outcomes* beskrives de specifikke ændringer, indsatsen forventes at have på kortere og længere sigt. *Impact* beskriver de endelige tilsigtede eller utilsigtede konsekvenser af indsatsen.¹²⁰

Fase 2: Pilottest

Efter udviklingsfasen bør indsatsen pilottestes og formålet hermed er at teste indsatsens procedurer med henblik på at optimere og justere indsatsen, processer og metoder forud for en fuld implementering og evaluering. Pilottesten bør afdække de usikkerheder ved indsatsen og evalueringen, som er identificeret i udviklingsfasen, og er dermed ikke blot en afprøvning af indsatsen og evalueringen i mindre skala.¹¹⁹

Pilottesten anbefales gennemført i eksempelvis tre kommuner, idet færre kommuner vil reducere overførbareheden af erfaringerne fra pilottesten, da det vil være vanskeligt at afgøre, om erfaringerne fra pilottesten er generelle, hvis kun én eller to kommuner deltager i pilottesten. Omvendt vil pilottest i flere kommuner medføre større økonomisk belastning. Optimalt er pilottestkommunerne tilfældigt udvalgte med henblik på at øge den eksterne validitet, men idet det økonomiske ansvar for udviklingen af jobsøgningsindsatsen kan være helt eller delvist placeret ved kommunerne (diskuteres nærmere i afsnit 9.2.3), er initiativet til at deltage nødt til at komme fra kommunerne selv.

I pilottesten kan der gennem kvalitative og kvantitative metoder indhentes viden om eksempelvis oplæringen af undervisere, metoder til at rekruttere ledige til indsatsen samt medarbejdernes og de lediges oplevelser af indholdet i indsatsen og de valgte evalueringsmetoder. Derudover bør der i pilottesten indgå evaluering af effekter af indsatsen ift. både outcomes og impact jf. den logiske model, dvs. både de kortsigtede og langsigtede mål samt det endelige mål bør evalueres. Viden om effekterne kan endvidere bidrage til at beregne passende stikprøvestørrelse for den fulde evaluering.¹¹⁹

I pilottesten kan der være fremkommet viden, som gør det relevant og nødvendigt at vende tilbage til udviklingsfasen og justere metoder eller indhold, for herefter igen at gennemgå en pilottest. Ellers fortsættes til næste fase.¹¹⁹

Fase 3: Evaluering

I denne fase udføres en fuld evaluering af indsatsen, hvilken hvis muligt bør rumme effekt-evaluering, procesevaluering og en cost-effectiveness-analyse.¹¹⁹

I effektevalueringen af jobsøgningsindsatsen vurderes det muligt at opsætte et RCT-studie, hvor ledige individuelt randomiseres til en interventionsgruppe og en kontrolgruppe, som modtager den sædvanlige beskæftigelsesindsats i det pågældende jobcenter. Effektmålingen kan have et setup lignende de anvendte metoder i flere af de inkluderede studier i dette systematiske review, hvor der foretages målinger ved spørgeskema tre gange: Før indsatsen, ved indsatsens afslutning og efter 3-6 måneder.^{92-95,97,100} Som diskuteret i afsnit 8.2. vurderes GHQ-12 at udgøre et relevant måleredskab for distress blandt ledige, hvor distress vurderes at udgøre et adækvat effektmål, når det er den langvarige stress, der undersøges. Der er generelt mangel på danske standardiserede målemetoder til måling af stress,¹²¹ hvorfor GHQ-12 vurderes som relevant at anvende som måleredskab i effektmålingen af en jobsøgningsindsats.

I procesevalueringen er der fokus på at opnå viden om processer relateret til indsatsen, ift. hvorfor indsatsen evt. ikke opnår den forventede effekt eller utilsigtede konsekvenser.¹¹⁹ Her er det relevant ved brug af kvalitative og/eller kvantitative metoder at evaluere på de kortsigtede og langsigtede outcomes, der er opstillet i den logiske model f.eks. oplevelsen af social støtte og øgede mestringsevner ift. jobafslag, da det er disse outcomes, der forventes at føre til den endelige effekt. Har indsatsen ikke den forventede effekt på disse outcomes, kan det bidrage til at forklare, hvorfor indsatsen evt. ikke opnår den forventede langsigtede effekt ift. at reducere de lediges stressniveau. Endvidere kan det være relevant at opnå viden om eventuelle utilsigtede konsekvenser. De potentielle utilsigtede konsekvenser ved jobsøgningsindsatsen diskuteres i afsnit 9.2.4.

Hvis muligt bør en cost-effectiveness-analyse udføres med henblik på at vurdere, om indsatsen er omkostningseffektiv.¹¹⁹ I analysen sammenlignes effekter og omkostninger ved den nye jobsøgningsindsats og den sædvanlige indsats. Indsatsen forventes at have en umiddelbar effekt ift. bl.a.

lavere stressniveau blandt ledige, som kan have langsigtede effekter ift. reduceret risiko for langtidsledighed og for visse sygdomme, som stress øger risikoen for. Omkostningsmæssigt vil der være omkostninger til udvikling og drift, men på længere sigt kan indsatsen medføre besparelser i form af reducerede udgifter til ledighed og til behandling af de sygdomme, som stress øger risikoen for. Forud for en cost-effectiveness-analyse er det vigtigt at klarlægge perspektivet og tidshorisonten for analysen,¹²² I dette tilfælde bør der anlægges et samfundsøkonomisk perspektiv, da omkostningerne og besparelserne kan være placeret både ved staten, regionerne og den enkelte kommune. Tidshorisonten bør være lang, da de effekter og besparelser, som lavere stress blandt ledige kan medføre ift. langtidsledighed og øvrige sygdomme, ligger ude i fremtiden.

Efter evalueringsfasen kan det være nødvendigt at vende tilbage til pilottest eller udviklingsfasen for at justere indsatsen.¹¹⁹

Fase 4: Implementering

Sidste fase er implementering til praksis, som omhandler de forhold, der bør indtænkes for at få indsatsen udbredt i praksis generelt.¹²³ Denne sidste fase er således først relevant, når evalueringerne i fase tre ikke giver anledning til ny modellering. I implementeringen af ny evidens til klinisk praksis er publicering af forskningslitteratur essentiel, men at gøre den nye viden tilgængelig og overbevisende for beslutningstagerne kan være lige så vigtigt.¹²³ Efter udviklingen og evalueringen af jobsøgningsindsatserne, er det derfor vigtigt, at beslutningstagere i staten og kommunerne oplyses om denne nye viden.

Det er endvidere vigtigt at monitorere langsigtede effekter og eventuelle utilsigtede konsekvenser af den implementerede indsats og metoder til dette bør indtænkes i indsatsen, f.eks. i form af rutinemæssige evalueringer af kvantitativ eller kvalitativ karakter.¹²³

9.2.2 Stress som effektmål i evalueringer af eksisterende indsatser og forsøg

Evaluerings af eksisterende indsatser som praktik, løntilskud og uddannelse samt forsøg med fritagelse fra statslige regler anbefales med henblik på at opnå mere viden om disse indsatser potentielle forebyggende effekt på stress blandt ledige. MRC-modellens tredje fase *evaluering* kan anvendes som inspiration til at planlægge en evaluering af disse indsatser, da disse kan anses som

allerede udviklede og pilottestede indsatser. Fremtidige forsøg med fritagelse fra statslige regler f.eks. under Nærhedsreformen, vil formentlig ligesom ved frikommuneforsøgene blive evalueret på forskellige parametre,^{112,113} men der synes umiddelbart ikke aktuelt at ske en struktureret evaluering af de eksisterende indsatser praktik, løntilskud og uddannelse. Inddragelse af stress som effektmål i effektevalueringerne af forsøg med fritagelse fra statslige regler kan formentlig indtænkes i den i forvejen tiltænkte evaluering. Her vil det vil være relevant at sammenligne stressniveauet blandt ledige før, under og efter forsøget med ledige i en anden kommune, som ikke er omfattet af forsøget.

En effektevaluering af praktik, løntilskud og uddannelse kan på samme måde som ved jobsøgningsindsatsen planlægges som et individuelt randomiseret studie med spørgeskemaer til ledige før, lige efter og 3-6 måneder efter indsatsen og sammenlignes med en gruppe af ledige, som ikke har deltaget i denne type indsats. Her vil det være hensigtsmæssigt, at de ledige i både indsats- og kontrolgruppe er fra samme kommune med henblik på at reducere risikoen for confounding.

Ligeledes kan det være relevant at udføre en procesevaluering, som kan afdække hvilke processer, der leder til en eventuel effekt. F.eks. kan det i relation til den strukturelle indsats med fritagelse fra statslige regler være relevant at få belyst beskæftigelsesmedarbejderenes erfaringer med fritagelsen, ift. om de oplever en reel forskel i egen praksis, eller om de agerer som vanligt på trods af den øgede frihed, idet dette vil have betydning for, om den forventede effekt vil opnås.

9.2.3 Økonomi og aktører

Der vil være forskellige udgifter forbundet med en eventuel implementering af de fremsatte anbefalinger. I relation til anbefalingernes del 1 vil der bl.a. være udgifter til at udvikle, evaluere og implementere den nye jobsøgningsindsats og til selve driften af indsatsen i praksis. I forhold til anbefalingernes del 2 omkring evaluering af eksisterende og fremtidige indsatser vil der ligeledes være udgifter forbundet med udførelsen af disse evalueringer. Perspektiver i relation hertil belyses i det følgende.

Med udgangspunkt i de mange processer og arbejdsgange i de beskrevne faser i MRC-modellen vil udvikling, pilottest, evaluering og implementering af en ny jobsøgningsindsats formentlig være en længerevarende proces, f.eks. 1-2 år før end en modelleret indsats er klar til fuld implementering i praksis. Varigheden afhænger naturligvis af, hvor mange personer, der arbejder på opgaven, og

ligeledes vil udgifterne hertil også afhænge af antallet af medarbejdere på opgaven. Med f.eks. én akademiker som aflønnes efter overenskomst for akademikere ansat i kommuner, vil den årlige lønudgift variere alt efter løntrin mellem ca. 200.000-290.000 kr. ekskl. tillæg.¹²⁴ Med én akademiker ansat i to år kan et overslag på lønudgifter være f.eks. 500.000. Hertil kommer bl.a. udgifter til materialer og lønudgifter til eventuelle samarbejdspartnere. I selve driften af jobsøgningsindsatsen i de enkelte kommuner vil der være udgifter til bl.a. oplæring af undervisere, afvikling af indsatsen og løbende evaluering af indsatsen.

En ny jobsøgningsindsats vil jf. afsnit 2.4 formentlig være placeret under §91 i LAB-loven, da indsatsen kan kategoriseres som et kortere vejledningsforløb. Idet der ikke er statslig refusion til indsatser under denne paragraf,⁴¹ vil kommunerne skulle afholde udgifterne til at tilbyde indsatsen til ledige. Der vil dog også være udgifter forbundet med selve udviklingsarbejdet, herunder også pilottest og evaluering. Idet staten jf. afsnit 2.4 afholder nogle af udgifterne til ledige i form af bl.a. statsligt tilskud til dagpenge samt de potentielle udgifter forbundet med behandling af de sygdomme, som langvarig stress øger risikoen for, kan staten formodes at have økonomisk interesse i at forebygge stress blandt ledige. Det vurderes derfor ikke usandsynligt, at staten evt. vil være interesseret i at finansiere eller yde økonomisk tilskud til udgifterne til udviklingen af en ny jobsøgningsindsats. Det vil dog formentlig særligt være kommunerne, som har interesse i at forebygge stress blandt ledige, da kommunerne afholder en betydelig del af udgifterne til ledige jf. afsnit 2.4 ift. udgifter til myndighedsudøvelse og selve ydelsen. Idet kommunens udgifter til dagpenge stiger med ledighedsvarigheden grundet gradvis fald i andelen af statslig refusion i løbet af ledighedsperioden,^{42,43} kan kommunerne være særlig interesseret i at forebygge stress for at reducere risikoen for langtidsledighed.

Inddragelse af stress i evaluering af praktik, løntilskud og uddannelse vil formentlig kunne afholdes af de enkelte kommuner, og vurderes at være af mindre omfang, f.eks. 50-100 arbejdstimer årligt til at implementere, udføre og indsamle evalueringerne i det enkelte jobcenter. Den akademiker, som arbejder med udviklingen af jobsøgningsindsatsen, kan evt. have ansvaret for at analysere disse evalueringer.

Inddragelse af stress i fremtidige evalueringer af forsøg med fritagelse fra statslige regler kan eventuelt udføres og finansieres som en del af den i forvejen planlagte evaluering heraf. Ansvaret

for evalueringen i det seneste frikommuneforsøg 2016-2020 var placeret hos kommunerne,¹²⁵ hvorfor det vurderes sandsynligt, at dette også vil være ansvarsfordelingen i eventuelle lignende forsøg i fremtiden. Inddragelse af stress som effektmål vil medføre udgifter til arbejdstidsforbrug til udlevering og modtagelse af lediges besvarelser på et spørgeskema samt til analysering af resultaterne. Samlet vurderes udgifterne hertil at være af mindre omfang, grundet muligheden for at inkludere stress som effektmål i den formentlig i forvejen planlagte evaluering.

9.2.4 Potentielle utilsigtede konsekvenser ved anbefalingerne

Den tilsigtede konsekvens ved ovenstående anbefalinger til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark er at udvikle og evaluere en jobsøgningsindsats, som ledige tilbydes, med henblik på at reducere stress blandt ledige. I tillæg hertil er den tilsigtede konsekvens med anbefalinger at opnå viden om de forebyggende effekter af visse eksisterende og fremtidige indsatser. Ved enhver intervention kan der forekomme positive og negative utilsigtede konsekvenser, der afviger fra den tilsigtede konsekvens, da det ikke er muligt forud for en intervention at identificere alle konsekvenser heraf.¹²⁶ De mulige utilsigtede konsekvenser ved implementering af ovenstående anbefalinger diskuteres i det følgende, hvilket skal bidrage til at kvalificere og nuancere beslutninger vedrørende de opstillede anbefalinger til forandring.

Fokus på proksimale faktorer i forebyggelsen

Der er i de identificerede studier et overvejende fokus på, hvordan ændringer i de proksimale faktorer, kan forebygge stress og alle studierne kan anskues at intervenere på det sociale niveau og på de individuelle faktorer i den socioøkologiske model. Der er i den identificerede litteratur således fokus på at forebygge gennem ændringer af de proksimale faktorer og ikke de distale strukturelle faktorer, hvorfor det også er det fokus, der anlægges i anbefalingerne til udvikling af en jobsøgningsindsats i dette speciale. Manglende inddragelse af de distale faktorer i en forebyggelsesstrategi kan have den utilsigtede konsekvens, at indsatsen er ineffektiv, fordi de grundlæggende distale faktorer er årsagen til, at der opstår ulighed i de proksimale faktorer.⁴⁵ I relation til stress blandt ledige kan en forebyggelsesindsats i form af en jobsøgningsindsats, der udelukkende fokuserer på at intervenere på individuelle faktorer som mestring af jobafslag og på de sociale forhold, være ineffektiv, idet disse proksimale faktorer påvirkes af distale de strukturelle forhold, såsom beskæftigelseslovgivningen.

Endvidere kræver en sådan individorienteret tilgang, at den enkelte selv foretager en aktiv indsats,⁶⁸ dvs. at den ledige fremmøder og aktivt deltager i indsatsen. Hermed afhænger effekten af indsatsen af individets motivation til at deltage samt evner til at holde fast i en ny adfærd.⁶⁸ Indsatsen kan herved anskues at have et ressourceorienteret udgangspunkt, hvor effekten afgøres af individets ressourcer og evner. Dette kan have den utilsigtede konsekvens, at indsatsen bidrager til at skabe ulighed i sundhed, hvor de med flere ressourcer, vil kunne opnå større effekt af indsatsen.

Jobsøgningsindsats som populationsstrategi eller højrisikostrategi

Det anbefales, at det i udviklingen af en jobsøgningsindsats overvejes, om indsatsen bør målrettes en gruppe af ledige eller være et tilbud til alle ledige.

I populationsstrategier er forebyggelsestiltaget målrettet en hel befolkningsgruppe uden viden om den enkeltes sygdomsrisiko, mens forebyggelsestiltaget i højrisikostrategier er målrettet individer, som er kendt med en sygdom eller risikofaktor.^{68,127} Den enkelte lediges risiko for at opleve stress er ukendt, hvorfor interventioner målrettet alle ledige kan anskues som populationsinterventioner. Interventioner målrettet grupper af ledige, kan ses som højrisikostrategier, idet disse kan anses at have en øget risiko for stress. Formålet med populationsstrategier er at opnå små ændringer i en hel befolkningsgruppe, mens det for højrisikostrategier er formålet at skabe større ændringer hos de få, som er i højrisikogruppen.^{68,127} En potentiel utilsigtet konsekvens ved populationsstrategier kan være manglende motivation for at deltage, hvis strategien kræver deltagelse eller engagement af den enkelte, idet individets fordele ved at deltage ikke altid er umiddelbare og mærkbare.¹²⁷ Er målgruppen for jobsøgningsindsatsen alle ledige er der dermed risiko for, at nogle ledige vil mangle motivation for at deltage, fordi de ikke umiddelbart oplever en fordel herved, f.eks. fordi de ikke oplever behov for et støttende læringsmiljø eller forberedelse på afslag.

Idet flere studier finder, at undergrupper af ledige opnår størst effekt, kan det overvejes om jobsøgningsindsatsen skal udformes som en højrisikostrategi målrettet undergrupper af ledige, f.eks. ledige med høj risiko for depression eller høj depressionsscore med henblik på at opnå størst mulig effekt. Der kan dog også være utilsigtede konsekvenser ved denne højrisikostrategi. Blandt andet er der ved højrisikostrategier generelt risiko for stigmatisering og sygeliggørelse som utilsigtet konsekvens.⁶⁸ Hvorvidt en afgrænset målgruppe vil opleve stigmatisering og sygeliggørelse ved at

deltage i en jobsøgningsindsats vil formentlig afhænge af, hvordan indsatsen og dennes formål italesættes. Italesættes indsatsen som en jobsøgningsindsats, som jo synes relevant at tilbyde jobsøgende, vil deltagelse heri sandsynligvis ikke opleves som stigmatiserende eller sygeliggørende. Omvendt vil en italesættelse af indsatsen som en jobsøgningsindsats til en afgrænset målgruppe med særlige behov for at forebygge stress under ledighed, måske i højere grad kunne have stigmatisering og sygeliggørelse som utilsigtede konsekvenser. Desuden fremhæves det i de to studier, der undersøger effekten af JOBS-indsatsen, at udformes indsatsen som en højrisikostrategi, der kun tilbydes de, som forventes at profitere mest af indsatsen, kan der være risiko for, at effekten reduceres.^{95,97} Dette baseres på det perspektiv, at de, som forventes at profitere mindst, kan besidde egenskaber som f.eks. højere selvværd og evnen til at yde social støtte, der er medvirkende til at skabe effekten af indsatsen hos de, som profiterer mest.^{95,97} Målrettes indsatsen en gruppe af ledige, som forventes at have størst effekt, kan det derfor have den utilsigtede konsekvens, at indsatsen har mindre effekt pga. ændret gruppedynamik.

De utilsigtede konsekvenser ved at tilbyde indsatsen til en undergruppe af ledige er således risikoen for stigmatisering, sygeliggørelse og at effekten reduceres, mens det ved at tilbyde indsatsen til alle ledige er risikoen for manglende motivation. Der synes derfor at være færrest potentielle skadelige konsekvenser ved at implementere indsatsen som en populationsstrategi målrettet alle ledige, hvorfor det ud fra et perspektiv med fokus på utilsigtede konsekvenser vil være mest hensigtsmæssigt, at indsatsen tilbydes alle. I de økonomiske prioriteringer i de enkelte kommuner, kan det dog ud fra et økonomisk perspektiv vurderes mest hensigtsmæssigt, at indsatsens implementeres som en højrisikostrategi.

10. Konklusion

Formålet med dette speciale er at bidrage med et beslutningsgrundlag for forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark ved at besvare: *Hvordan kan stress blandt ledige forebygges gennem strukturelle, primære og sekundære forebyggelsestiltag og hvordan kan denne viden anvendes til forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark?* Til dette er der udarbejdet et systematisk review over litteratur, som undersøger effekten på stress af forebyggelsestiltag målrettet ledige. Reliabiliteten i det systematiske review vurderes at være tilfredsstillende og validiteten er øget ved, at der i tillæg til systematisk søgning er udført referenceliste-søgning. Validiteten kunne øges yderligere ved inddragelse af andre publikationskilder, da der grundet det tværvidenskabelige problemfelt kan eksistere litteratur, som ikke identificeres ved søgning i videnskabelige databaser. Der kan ikke anbefales implementering af en konkret indsats, da de ni inkluderede studier er af lav til moderat kvalitet samt udført i kontekster, som differentierer sig fra danske forhold år 2020, hvilket reducerer overførbareheden. Del 1 i anbefalingerne for forandring af forebyggelsen af stress blandt ledige i Danmark omhandler udvikling af en ny jobsøgningsindsats, som bør tilbydes ledige indenfor de første tre måneders ledighed, har fokus på et støttende læringsmiljø og forberedelse på jobafslag samt udvikles med inspiration fra JOBS-indsatsen. Med udgangspunkt i MRC-modellen er der fremsat anbefalinger til udvikling af indsatsen. I udviklingsfasen bør viden fra dette review suppleres med interviews med relevante aktører samt teori og der bør opstilles en logisk model. Herefter bør pilottests i tre kommuner gennemføres med fokus på at opnå viden om effekter og processer. Den efterfølgende evaluering af indsatsen bør rumme både effekt- og procesevaluering samt cost-effectiveness-analyse. Del 2 i anbefalingerne har udgangspunkt i, at der ikke er identificeret studier, som undersøger effekten af strukturelle forebyggelsestiltag, hvorfor inddragelse af stress som effektmål i evalueringerne af fremtidige forsøg med fritagelse fra statslige regler kan bidrage med relevant viden herom. Endvidere mangles viden om forebyggende effekter på stress af de eksisterende indsatser praktik, løntilskud og uddannelse, hvorfor det anbefales, at disse indsatser effekt på stress evalueres. Formålet med del 2 i anbefalingerne er at opnå viden om effekterne, førend disse indsatser inddrages i forebyggelsen. Anbefalingerne retter sig mod staten i form af beskæftigelsesministeriet samt kommunalbestyrelser og andre beslutningstagere i kommuner, idet disse vurderes at udgøre de involverede aktører i implementeringen af de opstillede anbefalinger ift. handlinger og økonomi.

Referencer

1. Bjelajac AK, Bobić J, Kovačić J, Varnai VM, Macan J, Smolić Š. Employment status and other predictors of mental health and cognitive functions in older croatian workers. *Arhiv za higijenu rada i toksikologiju*. 2019;70(2):109-117.
2. Bartelink VHM, Ya KZ, Guldbrandsson K, Bremberg S. Unemployment among young people and mental health: A systematic review. *Scandinavian Journal of Public Health*. 2019;140349481985284-1403494819852847.
3. Buffel V, Van de Velde S, Bracke P. The mental health consequences of the economic crisis in europe among the employed, the unemployed, and the non-employed. *Social Science Research*. 2015;54:263-288.
4. Milner A, Page A, LaMontagne AD. Cause and effect in studies on unemployment, mental health and suicide: A meta-analytic and conceptual review. *Psychological medicine*. 2014;44(5):909-917.
5. Wanberg CR. The individual experience of unemployment. *Annual Review of Psychology*. 2012;63(1):369-396.
6. Gallagher S, Sumner RC, Muldoon OT, Creaven A, Hannigan A. Unemployment is associated with lower cortisol awakening and blunted dehydroepiandrosterone responses. *Psychoneuroendocrinology*. 2016;69:41-49.
7. Jensen HAR, Davidsen M, Ekholm O, Christensen AI. Danskernes sundhed – den nationale sundhedsprofil 2017. *Sundhedsstyrelsen*. 2018:1-134.
8. Hammen C. Stress and depression. *Annu Rev Clin Psychol*. 2005;1:293-319.
9. McEwan BS, Eiland L, Hunter RG, Miller MM. Stress and anxiety: Structural plasticity and epigenetic regulation as a consequence of stress. *Neuropharmacology*. 2012;62(1):3-12.
10. Kiecolt-Glaser JK, McGuire L, Robles TF, Glaser R. EMOTIONS, MORBIDITY, AND MORTALITY: New perspectives from psychoneuroimmunology. *Annual Review of Psychology*. 2002;53(1):83.
11. Leino-Arjas P, Liira J, Mutanen P, Malmivaara A, Matikainen E. Predictors and consequences of unemployment among construction workers: Prospective cohort study. *BMJ: British Medical Journal*. 1999;319(7210):600-605.
12. Kommunernes Landsforening. Hvad koster beskæftigelsesindsatsen. *Kommunernes Landsforening*. 2020.
13. Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering. Aktuell overvågning af situationen på arbejdsmarkedet - beskæftigelsesministeriets COVID-19 beredskab. *Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering*. 2020.
14. Sundhedsstyrelsen. Forebyggelsespakke - mental sundhed. *Sundhedsstyrelsen*. 2018.
15. COWI. Afsluttende evaluering af styrket sundhedsindsats for socialt udsatte og sårbare grupper - Tidlig opsporing og indsatser i jobcentre. *Sundhedsstyrelsen*. 2017.
16. Sundhedsstyrelsen. Helhedsorienterede beskæftigelsesindsatser med fokus på sundhed. *Sundhedsstyrelsen*. 2019.
17. Danmarks Statistik. Arbejdsløsheden april 2020 - arbejde, indkomst og formue. . Maj 29, 2020. Available from: www.dst.dk/nyt/30102.

18. Danmarks Statistik A. Danmarks statistiks forskellige ledighedsbegreber. *Danmarks Statistik*. 2014.
19. Hussmanns R. Measurement of employment, unemployment and underemployment – current international standards and issues in their application. *Bulletin of Labour Statistics*. 2007;1:1-23.
20. McKee-Ryan F, Song Z, Wanberg CR, Kinicki AJ. Psychological and physical well-being during unemployment: A meta-analytic study. *J Appl Psychol*. 2005;90(1):53-76.
21. Paul KI, Moser K. Incongruence as an explanation for the negative mental health effects of unemployment: Meta-analytic evidence. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*. 2006;79(4):595-621.
22. Christensen AI, Davidsen M, Ekholm O, Hansen SE, Holst M, Juel K. Den nationale sundhedsprofil 2010 - hvordan har du det? *Sundhedstilsynet*. 2011.
23. Christensen AI, Davidsen M, Ekholm O, Pedersen PV, Juel K. Danskernes sundhed - den nationale sundhedsprofil 2013. *Sundhedsstilsynet*. 2014:1-125.
24. Rueda S, Chambers L, Wilson M, et al. Association of returning to work with better health in working-aged adults: A systematic review. *Am J Public Health*. 2012;102(3):541-556.
25. Brüssig M, Dragano N, Mücken S. Health promotion for unemployed jobseekers: New developments in Germany. *Health Policy*. 2014;114(2-3):192-199.
26. Mæhlisen MH, Pasgaard AA, Mortensen RN, Vardinghus-Nielsen H, Torp-Pedersen C, Bøggild H. Perceived stress as a risk factor of unemployment: A register-based cohort study. *BMC Public Health*. 2018;18(1):728.
27. Butterworth P, Leach LS, Pirkis J, Kelahe M. Poor mental health influences risk and duration of unemployment: A prospective study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 2012;47(6):1013-1021.
28. Rod NH. Stress. In: *Medicinsk sociologi - sociale faktorerens betydning for befolkningens helbred*. 2nd ed. København: Munksgaard Danmark; 2011:221-241.
29. Cohen S, Gianaros PJ, Manuck SB. A stage model of stress and disease. *Perspectives on Psychological Science*. 2016;11(4):456-463.
30. Jørgensen NK, Larsen EP, Bonde JPE, Hansen-Nord G. Stress (tilpasningsreaktion, belastningsreaktion), arbejdsrelateret.
<https://www.sundhed.dk/sundhedsfaglig/laegehaandbogen/arbejdsmedicin/arbejdsrelaterede-sygdomme/stress-tilpasningsreaktion-arbejdsrelateret/>. Updated 2019. Accessed 06/07/20, .
31. Netterstrøm B. Stress. In: Friis-Hasché E, Frostholt L, Schröder A, eds. *Klinisk sundhedspsykologi*. 2nd ed. København: Munksgaard; 2013:123-137.
32. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer; 1984.
33. Andersen MF, Brinkmann S. Nye perspektiver på stress i arbejdslivet. In: Brinkmann S, ed. *Nye perspektiver på stress*. 1. udgave ed. Århus: Klim; 2013:226 sider.
34. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A global measure of perceived stress. *J Health Soc Behav*. 1983;24(4):385-396.
35. Eskildsen A, Dalgaard VL, Nielsen KJ, et al. Cross-cultural adaptation and validation of the Danish consensus version of the 10-item perceived stress scale. *Scand J Work Environ Health*. 2015;41(5):486-490.

36. Mploy. Afdækning af jobparate kontanthjælpsmodtagere i København, Høje-taastrup og Lolland - karakteristika, barrierer, indsatser og behov. *Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering*. 2015.
37. Retsinformation. Bekendtgørelse af lov om arbejdsløshedsforsikring m.v. . 2019.
38. Klindt MP, Rasmussen S, Jørgensen H. Aktiv arbejdsmarkedspolitik - før, nu og i fremtiden. In: Klindt, Mads Peter, Rasmussen, Stine, Jørgensen, Henning, ed. *Aktiv arbejdsmarkedspolitik: Etablering, udvikling og fremtid*. København K: Djøf Forlag; 2020:13-50.
39. Beskæftigelsesministeriet. Lovgivning om beskæftigelsesindsatsen. <https://bm.dk/lovgivning/gældende-love-og-regler/lovgivning-om-beskæftigelsesindsatsen/>. Updated 2020. Accessed Sep 4, 2020.
40. Retsinformation. Lov om organisering og understøttelse af beskæftigelsesindsatsen m.v. . 2014.
41. Retsinformation. Lov om en aktiv beskæftigelsesindsats. . 2020.
42. Kommunernes Landsforening. Økonomistyring på beskæftigelsesområdet. *Kommunernes Landsforening*. 2019.
43. Bredgaard T, Halkjær JL. Styring på beskæftigelsesområdet - på vej mod en ny styringsform og et nyt styringsniveau. In: Klindt MP, Rasmussen S, Jørgensen H, eds. *Aktiv arbejdsmarkedspolitik - etablering, udvikling og fremtid*. København K: Djøf Forlag; 2020:151-170.
44. Dahlgren G, Whitehead M. Policies and strategies to promote social equity in health. background document to WHO - strategy paper for europe. *Institute for Futures Studies, Arbetsrapport*. 1991;14. Accessed Jul 5, 2020.
45. Link BG, Phelan J. Social conditions as fundamental causes of disease. *Journal of Health and Social Behavior*. 1995:80-94.
46. Foucault M. *Overvågning og straf : Fængslets fødsel*. Frederiksberg: Det lille Forlag; 2002:367 sider.
47. Pultz S. Governing homo economicus: Risk management among young unemployed people in the danish welfare state. *Health Risk Soc*. 2016;18(3-4):168-187.
48. Steen JJ, Reiter GI. Framing af ledighed- fremstillinger af ledige; dovne hunde, systemets ofre eller jobjægere? *Min A-kasse*. 2014.
49. Pedersen KI. Michel foucault. In: *Sundhedssociologi - en grundbog*. Hans Reitzels Forlag; 2010:29-50.
50. Goffman E. *Stigma : Om afvigerens sociale identitet*. 2. udgave ed. Frederiksberg: Samfundslitteratur; 2009:208 sider.
51. Jacobsen MH, Kristiansen S. Erving goffman. In: *Sundhedssociologi - en grundbog*. Hans Reitzels Forlag; 2010:137-162.
52. Andersen HL, Arendt JN. Økonomiske incitamenter i beskæftigelsespolitikken - en litteraturoversigt. *Det Nationale Institut for Kommuner og Regioners Analyse og Forskning*. 2015.
53. Frasquilho D, Matos M, Marques A, Gaspar T, Caldas-de-Almeida J. Distress and unemployment: The related economic and noneconomic factors in a sample of unemployed adults. *Int J Public Health*. 2016;61(7):

54. Harsløf I, Ulmestig R. *Changing social risks and social policy responses in the nordic welfare states*. Palgrave Macmillan; 2013.
55. Bjørn NH, Høj AK. Understøttelse ved ledighed i syv lande. *De Økonomiske Råd*. 2014.
56. Nørgaard AS, Olsen NN. Ulige adgang til lønforsikringer - en analyse af forskellige vilkår og priser på tværs af faggrupper. *Cevea*. 2020.
57. Jahoda M. *Employment and unemployment - A socio-psychological analysis*. Cambridge University Press; 1982.
58. Bartrum D, Creed PA. Explanations for deteriorating wellbeing in unemployed people: Specific unemployment theories and beyond. In: *Unemployment and health: International and interdisciplinary perspectives*. Bowen Hills, Qld: Australian Academic Press; 2006:1-20.
59. Goodman WK, Geiger AM, Wolf JM. Differential links between leisure activities and depressive symptoms in unemployed individuals. *J Clin Psychol*. 2016;72(1):70-78.
60. Bech-Jørgensen B. *Når hver dag bliver hverdag*. 2. oplag ed. Kbh.: Akademisk Forlag; 1993:309 sider.
61. Dieckhoff M, Gash V. Unemployed and alone? unemployment and social participation in europe. *International Journal of Sociology and Social Policy*. 2015;35(1):67-90.
62. Pultz S. Shame and passion: The affective governing of young unemployed people. *Theory & Psychology*. 2018;28(3):358-381.
63. Pultz S, Hviid P. Imagining a better future: Young unemployed people and the polyphonic choir. *Culture & Psychology*. 2018;24(1):3-25.
64. Jahoda M. Work, employment, and unemployment: Values, theories, and approaches in social research. *American Psychologist*. 1981;36(2):184-191.
65. Brydsten A, Hammarström A, San Sebastian M. Health inequalities between employed and unemployed in northern sweden: A decomposition analysis of social determinants for mental health. *Int J Equity Health*. 2018;17(1):59.
66. Hammer T. Mental health and social exclusion among unemployed youth in scandinavia. A comparative study. *International Journal of Social Welfare*. 2000;9(1):53-63.
67. Puig-Barrachina V, Malmusi D, Martínez JM, Benach J. Monitoring social determinants of health inequalities: The impact of unemployment among vulnerable groups. *Int J Health Serv*. 2011;41(3):459-482.
68. Vallgård S, Diderichsen F, Jørgensen T. *Sygdomsforebyggelse*. 1st ed. København: Munksgaard; 2014:277.
69. Center for forebyggelse. *Terminologi. forebyggelse, sundhedsfremme og folkesundhed*. 1st ed. København: Sundhedsstyrelsen; 2005:60.
70. Nielsen L, Curtis T, Grønbæk M, Nielsen NR. Forebyggelse og behandling af stress i danmark. *Statens Institut for Folkesundhed*. 2007.
71. Jensen CG, Hansen AV, Andersen MD. Har kommunale stressbehandlingstilbud udviklet sig de sidste 10 år? en stikprøveundersøgelse af 33 danske kommuner. *Center for Psykisk Sundhedsfremme*. 2017.

72. Koopman M, Pieterse M, Bohlmeijer E, Drossaert C. Mental health promoting interventions for the unemployed: A systematic review of applied techniques and effectiveness. *International Journal of Mental Health Promotion*. 2017;19:1-22.
73. Hult M, Lappalainen K, Saaranen TK, Räsänen K, Vanroelen C, Burdorf A. Health-improving interventions for obtaining employment in unemployed job seekers. *Cochrane Database Syst Rev*. 2020;1(1):CD013152.
74. Holleder A. Health promotion among the unemployed: An international systematic review. *Eur J Public Health*. 2019;29.
75. Puig-Barrachina V, Giró P, Artazcoz L, et al. The impact of active labour market policies on health outcomes: A scoping review. *Eur J Public Health*. 2020;30(1):36-42.
76. Audhoe S, Hoving J, Sluiter J, Frings-Dresen M. Vocational interventions for unemployed: Effects on work participation and mental distress. A systematic review. *J Occup Rehabil*. 2010;20:1-13.
77. Moore THM, Kapur N, Hawton K, Richards A, Metcalfe C, Gunnell D. Interventions to reduce the impact of unemployment and economic hardship on mental health in the general population: A systematic review. *Psychol Med*. 2017;47(6):1062-1084.
78. Higgins J, Thomas J, Chandler J, et al. *Cochrane handbook for systematic reviews of interventions*. 6.1st ed. Cochrane; 2020. www.training.cochrane.org/handbook.
79. Booth A, Papaioannou D, Sutton A. *Systematic approaches to a successful literature review*. ; 2012.
80. Launsø L, Rieper O, Olsen L. *Forskning om og med mennesker : Forskningsstyper og forskningsmetoder i samfundsforskning*. 6. udgave ed. Kbh.: Nyt Nordisk Forlag; 2011:250 sider.
81. Rieper O. Hvad er et systematisk review og hvilket formål tjener det? In: Johannsen CG, Pors NO, eds. *Evidens og systematiske reviews - en introduktion*. Frederiksberg C: Samfundslitteratur; 2013:11-22.
82. Rienecker L, Jørgensen PS. *Den gode opgave: Håndbog i opgaveskrivning på videregående uddannelser*. 4th ed. Frederiksberg C: Samfundslitteratur; 2012.
83. Lund H, Juhl C, Andreasen J, Møller A. *Håndbog i litteratursøgning og kritisk læsning : Redskaber til evidensbaseret praksis*. 1. udgave ed. Kbh.: Munksgaard; 2014:252 sider.
84. Selye H. *Stress without distress*. Philadelphia, PA.: J.B. Lippincott Co.; 1974.
85. Kristiansen HM, Hjørland B. Litteratursøgningens metodik. In: Johannsen CG, Pors NO, eds. *Evidens og systematiske reviews - en introduktion*. Frederiksberg C: Samfundslitteratur; 2013:59-72.
86. Buus N, Tingleff EB, Rossen CB, Kristiansen HM. Litteratursøgning i praksis - begreber, strategier og modeller. *Sygeplejersken*. 2008(10).
87. Aalborg Universitetsbibliotek. Databaser og udbydere. <https://www.aub.aau.dk/find-materiale/databaser>. Updated 2020. Accessed Sep 18, 2020.
88. Sterne JAC, Savović J, Page MJ, et al. RoB 2: A revised tool for assessing risk of bias in randomised trials. *BMJ*. 2019;366:l4898.

89. Sterne JAC, Hernán M,A., Reeves BC, et al. ROBINS-I: A tool for assessing risk of bias in non-randomised studies of interventions. *BMJ*. 2016;355:i4919.
90. Pors NO, Johannsen CG. Syntetisering - meta-analyser og narrative synteser. In: Johannsen CG, Pors NO, eds. *Evidens og systematiske reviews - en introduktion*. Frederiksberg C: Samfundslitteratur; 2013:85-98.
91. Garrard J. *Health sciences literature review made easy - the matrix method*. 5th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning; 2017.
92. Creed PA, Hicks RE, Machin MA. Behavioural plasticity and mental health outcomes for long-term unemployed attending occupational training programmes. *J Occup Organ Psychol*. 1998;71(2):171-191.
93. Hodzic S, Ripoll P, Bernal C, Zenasni F. The effects of emotional competences training among unemployed adults: A longitudinal study. *Appl Psychol Health Well Being*. 2015;7(3):275-292.
94. Vuori J, Price RH, Mutanen P, Malmberg-Heimonen I. Effective group training techniques in job-search training. *J Occup Health Psychol*. 2005;10(3):261-275.
95. Vuori J, Silvonen J, Vinokur AD, Price RH. The työhön job search program in finland: Benefits for the unemployed with risk of depression or discouragement. *J Occup Health Psychol*. 2002;7(1):5-19.
96. Vuori J, Vesalainen J. Labour market interventions as predictors of re-employment, job seeking activity and psychological distress among the unemployed. *J Occup Organ Psychol*. 1999;72(4):523-538.
97. Vinokur AD, Price RH, Schul Y. Impact of the JOBS intervention on unemployed workers varying in risk for depression. *Am J Community Psychol*. 1995;23(1):39-74.
98. Saloniemi A, Romppainen K, Strandh M, Virtanen P. Training for the unemployed: Differential effects in white- and blue-collar workers with respect to mental well-being. *Work, Employment and Society*. 2014;28(4):533-550.
99. Sage D. Do active labour market policies promote the well-being, health and social capital of the unemployed? evidence from the UK. *Soc Indicators Res*. 2015;124(2):319-337.
100. Creed PA, Machin MA, Hicks RE. Improving mental health status and coping abilities for long-term unemployed youth using cognitive-behaviour therapy based training interventions. *J Organiz Behav*. 1999;20(6):963-978.
101. Juul S. *Epidemiologi og evidens*. 2nd ed. København: Munksgaard; 2015:1-293.
102. Rieper O, Hansen HF. Metodenedebatten om evidens. . 2007.
103. Caplan RD, Vinokur AD, Price RH, van Ryn M. Job seeking, reemployment, and mental health: A randomized field experiment in coping with job loss. *J Appl Psychol*. 1989;74(5):759-769.
104. Buscemi N, Hartling L, Vandermeer B, Tjosvold L, Klassen TP. Single data extraction generated more errors than double data extraction in systematic reviews. *J Clin Epidemiol*. 2006;59(7):697-703.
105. Ridner SH. Psychological distress: Concept analysis. *J Adv Nurs*. 2004;45(5):536-545.

106. Goldberg DP. *The detection of psychiatric illness by questionnaire: A technique for the identification and assessment of non-psychotic psychiatric illness*. Oxford, England: Oxford U. Press; 1972:xii, 156.
107. Banks MH, Clegg CW, Jackson PR, Kemp NJ, Stafford EM, Wall TD. The use of the general health questionnaire as an indicator of mental health in occupational studies. *Journal of Occupational Psychology*. 1980;53(3):187-194.
108. Strandh M. State intervention and mental well-being among the unemployed. *J Soc Policy*. 2001;30(1):57-80.
109. Vuori J, Silvonen J, Vinokur AD, Price RH. The työhön job search program in finland: Benefits for the unemployed with risk of depression or discouragement. *J Occup Health Psychol*. 2002;7(1):5-19.
110. Social- og Indenrigsministeriet. Frikommuneforsøg. <https://sim.dk/arbejdsomraader/frikommuneforsoeg/>. Updated 2020. Accessed Nov 27, 2020.
111. Hjelmar U, Ejersbo N. Notat: Frikommuneforsøg 2016-2020. en status på forsøg, evalueringsdesign og implementeringsforhold - februar 2018. VIVE. 2018.
112. Arendt JN, Bolvig I. Kvantitativ slutevaluering af frikommuneforsøget på beskæftigelsesområdet. KORA. 2016.
113. Rambøll. Evaluering af frikommuneforsøget på beskæftigelsesområdet. Rambøll. 2016.
114. Social- og Indenrigsministeriet. Frikommuneforsøg III (2019-2023). <https://sim.dk/arbejdsomraader/frikommuneforsoeg/frikommuneforsoeg-iii-2019-2023/>. Updated 2020. Accessed Dec 10, 2020.
115. Brandsen M. Her er regeringens nærhedsreform: Syv kommuner sættes helt fri. *Danske Kommuner*. Oct 6, 2020. Available from: <http://www.danskekommuner.dk/Nyhedsarkiv/2020/Oktober/06/Her-er-regeringens-narhedsreform-Syv-kommuner-sattes-helt-fri/>. Accessed Dec 10, 2020.
116. KL. Beskæftigelse. <https://www.kl.dk/tema/kls-input-til-naerhedsreform/beskaeftigelse/>. Updated 2020. Accessed Dec 10, 2020.
117. Kjær HS. Nordjylland: Frikommuneforsøg på beskæftigelsesområdet skal med i nærhedsreform. *NB Beskæftigelse*. Nov 11, 2020. Available from: <https://www.nb-beskaeftigelse.dk/2020/11/17/nordjylland-frikommuneforsoeg-paa-beskaeftigelsesomraadet-en-succes/>. Accessed Dec 10, 2020.
118. Lollesgaard L. Arbejdsmarkedschef i frikommune: Frie rammer har skabt bedre jobindsats. . 2020. // www.altinget.dk/arbejdsmarked/artikel/arbejdsmarkedschef-i-frikommune-frie-rammer-har-skabt-bedre-jobindsats. Accessed Dec 10, 2020.
119. Craig P, Dieppe P, Macintyre S, Michie S, Nazareth I, Petticrew M. Developing and evaluating complex interventions: New guidance. *BMJ*. 2008;337.
120. Kellogg Foundation WK. Using logic models to bring together planning, evaluation and action - logic model development guide. *W.K. Kellogg Foundation*. 2004.
121. Nielsen NR, Kristensen TS. Stress i Danmark - hvad ved vi? *Sundhedsstyrelsen*. 2007.

122. Drummond MF, Sculpher MJ, Claxton K, Stoddart GL, Torrance GW. *Methods for the economic evaluation of health care programmes*. 4th ed. New York: Oxford University Press; 2015.
123. Craig P, Dieppe P, Macintyre S, Michie S, Nazareth I, Petticrew M. Developing and evaluating complex interventions: Following considerable development in the field since 2006, MRC and NIHR have jointly commissioned an update of this guidance to be published in 2019. *Medical Research Council*. 2019.
124. Kommunernes Landsforening. Overenskomst for akademikere ansat i kommuner. *Kommunernes Landsforening*. 2018.
125. Social- og Indenrigsministeriet. Evaluering og opfølgning. <https://sim.dk/arbejdsmraader/frikommuneforsog/frikommuneforsog-ii-2016-2020/evaluering-og-opfoelgning/>. Updated 2020. Accessed Dec 10, 2020.
126. Merton RK. The unanticipated consequences of purposive social actions. *American Sociological Review*. 1936;1(6).
127. Rose G. Sick individuals and sick populations. *International Journal of Epidemiology*. 2001;30(1):427-432.

Bilagsoversigt

Bilag 1: Søgebilag

Bilag 2: Kvalitetsvurderingsværktøjer

Bilag 3: Dataekstraktionsformular

Bilag 4: Keywords fra artikler fundet i referencelistesøgning