JÖNKÖPING UNIVERSITY
School of Health and Welfare

Gig-arbetares aktivitetsbalans och hälsa i en svensk kontext

HUVUDOMRÅDE: *Arbetsterapi*
FÖRFATTARE: *Olle Ahlström & Sara Sundström*
HANDLEDARE: *Inger Jansson*
EXAMINATOR: *Anita Björklund Carlstedt*
JÖNKÖPING 2021 Maj

Sammanfattning

Gig-arbetares aktivitetsbalans och hälsa i en svensk kontext

Bakgrund: Idag finns lite kunskap om gig-arbete och hur arbetsformen påverkar individer verksamma inom gig-ekonomins aktivitetsutförande. **Syfte:** Syfte med studien var att beskriva gig-arbetares aktivitetsbalans och hälsa samt beskriva kontexten för gig-arbete och arbetsutförandet. **Metod:** En kvantitativ tvärsnittsstudie som kombinerats med en observation inspirerad av fallstudiemetodik. Deltagarna rekryterades genom bekvämlighetsurval. Målgruppen var gig-arbetare verksamma i gig-ekonomin som utgör de okvalificerade uppdragsbaserade arbetena som utförs lokalt. Tio gig-arbetare deltog i studien. Data samlandes in via enkät och observationer på sociala medier och i reell miljö. Databearbetning skedde genom deskriptiv statistik och kvalitativ innehållsanalys. **Resultat:** Studiens resultat visar att helhetsupplevelsen av gig-arbete är bra men deltagarna skattar aktivitetsobalans. I helhet skattar gruppen sin hälsa som god. Det visar på slutna svårtillgängliga grupper av gig-arbetare på sociala medier där diskussionerna till stor del handlar om arbetsmiljö och arbetsorganisation. De som skattar god hälsa är de gig-arbetare som arbetar 40 timmer eller mer i veckan och tjänar 20 000kr eller mer per månad. **Slutsats:** En stor andel i gruppen upplever bristfällig tillfredställelse med tid för aktiviteter utanför arbetet. Det finns aktivitetsobalans bland deltagarna men grupper upplever sin hälsa som god. De flesta har arbetsformen som primär inkomstkälla och det är en spridning av inkomstnivån.

Nyckelord: Aktivitetsbalans, Gig-arbetare, Hälsa, Svensk kontext

Summary

Gig workers' occupational balance and health in a Swedish context

Background: There is currently little knowledge about gig work and how the form of work affects individuals active in the gig economy's activity performance. **Aim:** The aim of the study was to describe gig workers' activity balance and health and to describe the context for gig work and work performance. **Method:** Is a quantitative cross-sectional study combined with an observation inspired by case study methodology. The participants were recruited through a convenience selection. The target group was gig workers active in the gig economy, which constitutes the unqualified assignment-based work performed locally. Ten gig-workers participated in the study. Data was collected by questionnaires and observations at social media and real environment. Data processing took place through descriptive statistics and qualitative content analysis. **Results:** The results of the study show that the overall experience of gig work is good, but the participants estimate activity imbalance. As a group they rates their health as good. It shows closed hard-to-reach groups of gig workers on social media where the discussions are largely about work environment and work organization. Those who value good health are the gig workers who work 40 hours or more a week and earn SEK 20,000 or more per month. **Conclusion:** A large proportion of the group experience inadequate satisfaction with time for activities outside work. There is an imbalance of activity among the participants, but as a group they experience their health as good. Most have the form of work as their primary source of income and this is a spread of the income level.

Keywords: Gig worker, Health, Occupational balance, Swedish context

Innehållsförteckning

Inledning 1

Bakgrund 2

Begreppsdefinition gig-arbete 2
Förekomst i Sverige 3
Tidigare studier i en svensk kontext 3
Anställningsavtal och anställningstrygghet 4
Stress och psykisk ohälsa i arbetslivet 4
Aktivitet och aktivitetsbalans 5

Syfte 6

Material och metod 7

Förförståelse 7
Urval/Deltagare 7
Datainsamlingsinstrument 8
Datainsamling procedur 9
Databearbetning 10

Etiska överväganden 12

Resultat 13

Hur skattar gig-arbetare aktivitetsbalansen i arbete och mellan olika aktiviteter i vardagen? 13
Hur skattar gig-arbetar sin hälsa? 15
Hur ser arbetet ut för gig-arbete i en svensk kontext och hur utförs arbetet? 16

Diskussion 20

Resultatdiskussion 20
Metoddiskussion 22

Slutsatser 25

Referenser 26

Bilagor 30

Inledning

I dagsläget finns lite kunskap om vilka som arbetar inom gig-arbete och hur villkoren ser ut i Sverige. Det finns lite kunskap om gig-arbete och hur arbetsformen påverkar individer verksamma inom gig-ekonomin, tidigare studier författarna har funnit om målgruppen har inte haft som fokus att studera aktivitetsutförande. Det råder stor osäkerhet om antalet personer verksamma inom gig-ekonomin (Forte, 2019). I en studie av Weidenstedt, Geissinger och Lougui (2020) om gig-arbete i Sverige uppger endast 6% att gig-arbete ger dem hela sin inkomst medan 33% uppgav att gig-inkomsten är under 10 % av den totala inkomsten för dem (Weidenstedt et al., 2020). Gig-arbetare klassas ofta i Sverige som egenanställda vilket medför i många fall att de inte kvalificerar sig för A-kassa, sjuklön från arbetsgivaren eller semesterlön (Forte, 2019)

Med vårt examensarbete vill vi undersöka arbetsformen gig-arbete samt hur individer påverkas av att arbeta inom verksamheter som faller under gig-ekonomin. Arbete inom gig-ekonomin innebär att det finns en utövare (gig-arbetare), en beställare (kunden) och den som tillhandahåller arbetet (plattformen). Gig-arbeten betraktas vanligtvis som en egenanställning (Forte, 2019).

Författarna har valt att fokusera på hur aktivitetsbalans ser ut för individer som arbetar inom gig-ekonomi, om och hur deras arbete inverkat på aktiviteter utanför arbetet. Aktivitetsbalans är en förutsättning för hälsa (Erlandsson & Persson, 2020). Aktivitetsobalans kan leda till stressrelaterad ohälsa (Håkansson et al., 2006; Innestrand et al., 2008). Stress är den vanligaste orsaken till sjukskrivningar i Sverige och västvärlden (Försäkringskassan, 2020). Enligt Folkhälsomyndigheten (2020) uppgav 16% av Sveriges befolkning att de upplever sig ganska eller väldigt stressade. Bristande återhämtning tillsammans med långvarig stress ökar risken för många somatiska och psykiska sjukdomar (Folkhälsomyndigheten, 2020). Statistik från Försäkringskassan visar på att 40% av alla sjukskrivningar utgjordes av stressrelaterade besvär under 2020 (Försäkringskassan, 2020). Lönearbete kan upplevas som meningsfullt men kan också bidra till att rekreativa och lustfyllda aktiviteter väljs bort eftersom lönearbete upptar energi och tid för individen (Håkansson & Wagman, 2014). Det är av samhällsnytta att undersöka om gig-arbetare avstår rekreativa och återhämtande aktiviteter för att tid och energi upptas av lönearbete. En rapport utgiven av Skandia (2018) uppger att de samhällsekonomiska kostnaderna för sjukskrivningar i Sverige uppgick till 62 miljarder kronor under 2017. Genom att arbeta med förebyggande hälsovård och stöd till människor innan de blir sjukskrivna

tillsammans med snabb rehabilitering för de sjukskrivna blir samhällsvinsten bättre hälsa för befolkningen (Sanandaji, 2018). Arbetsterapeuter behöver ha kunskap om denna relativt nya arbetsform som gig-arbetet utgör på den svenska arbetsmarknaden och hur yrkesutövningen påverkar hur individen upplever sin vardag och hälsa. För att arbetsterapeuter ska kunna arbeta med förebyggande och främjande insatser för målgruppen behövs kunskap över hur utförandet av deras arbete påverkar deras aktivitetsbalans. För att kunna föra ett terapeutiskt resonemang behöver målgruppens faktiska förhållande förstås (Taylor et al., 2020). Den västerländska kulturen är ofta präglad av ett komplext aktivitetsmönster som innehåller många sysslor för de i arbetsförålder, där förväntningar finns att koordinera arbetet med vardagens sysslor. Arbetsterapeuters kunskap efterfrågas för andra arenor än den annars traditionella formen av yrkesutövningen inom hälso- och sjukvården (Erlandsson & Persson, 2020). Med ökad kunskap om gig-fenomenet och de som är aktiva inom arbetsformen ger en större inblick över hur arbetsterapi kan främja och stödja deras aktivitetsmönster för ökat välbefinnande och hälsa.

Bakgrund

Begreppsdefinition gig-arbete

Gig-ekonomin tillhandhåller ett flexibelt och geografiskt obundet arbete men arbetaren befinner sig i ett ingenmansland gällande anställningsvillkor, sociala försäkringar och arbetsmiljö-regleringar. Det är inte klart definierat om gig-arbetarna är egenföretagare eller anställda. (Weidenstedt et al., 2020).

I en artikel av Etzioni (2018) definieras gig-arbete som en tillfällig miljö där tillfälliga positioner är vanliga och där organisationer samarbetar med oberoende arbetstagare för kortare anställningar (Etzioni, 2018). Oftast definieras gig-arbete som tillfälliga tidsbegränsade anställningar där en specifik uppgift utförs som att designa en hemsida, leverera snabbmat eller arbeta med ett rättsfall. Arbetstagaren kontrakteras bara för att utföra den specifika uppgiften eller bara inom en viss tidsintervall utöver det finns inga fler avtal med arbetsgivaren (McKinsey Global Institute, 2016; Friedman, 2014).

Begreppsdefinitionen av gig-arbete ser olika ut beroende på vilken litteratur som studeras och var studien är utförd. Begreppet används i litteratur som definition på många olika arbetsformer.
Det förekommer definitioner där även arbeten som utförs utanför onlineplattformar räknas in under begreppen (Forte, 2019; Weidenstedt et al., 2020; SOU, 2017:24; Etzioni, 2018).

I Fortes rapport (2019) definieras gig-arbete i tre kategorier; kvalificerat arbete online, okvalificerat arbete online och fysiskt arbete offline. Gemensamt för de två första är att de båda förmedlas och utförs online vilket ger en global räckvidd. Det som skiljer kategorierna åt, är vilka kvalifikationer arbetsuppgifterna kräver. Den första kategorin innefattar kreativa kvalificerade arbetsuppgifter så som programmering. Den andra mindre kvalificerade mikroarbeten som innebär monotont klickarbete, exempelvis enklare datainmatning. Den tredje kategorin förmedlas digitalt men innebär traditionellt arbete inom transport och service som utförs lokalt (Forte, 2019).

Detta examensarbete utgår från Fortes (2019) kategorisering av gig-arbete och fokuserar på den tredje kategorin av gig-arbete, de okvalificerade uppdragsbaserade arbeten förmedlade digitalt men som utförs lokalt.

Förekomst i Sverige

Det råder ovisshet om hur gig-ekonomin ser ut i Sverige och hur många som arbetar inom den. Enligt en studie som utfördes 2016 svarade 10% av de svenska deltagarna (n=2146) att de någon gång hade arbetat med jobb förmedlade via online plattformar (Huws et al., 2017). I Statens offentliga utredning, *Ett arbetsliv i förändring* (SOU, 2017:24) är motsvarande andel 2,5% (SOU, 2017:24) och enligt rekryteringsföretaget Amendo (u.å) är andelen 28% (Amendo, u.å.).

De flesta av de studier och rapporter författarna har gått igenom uppger att det är en liten del av de som arbetar inom gig-ekonomin som har det som sin primära inkomstkälla (Huws et al., 2017; Forte, 2019; Weidenstedt et al., 2020; McKinsey Global Institute, 2016; Etzioni, 2018).

Tidigare studier i en svensk kontext

En rapport skriven av forskningsinstitutet Ratio (2019) har som syfte att öka insikterna om varför individer väljer att ta de okvalificerade arbetarna inom gig-ekonomin tillsammans med vad gig-arbetet spelar för roll för individen. Studien visar på att arbetare inom gig-ekonomin ofta ser sin arbetssituation som temporär. Vidare visar studien på att individer verksamma inom gig-ekonomin ofta har en hög motivation till arbete och uppskattar självbestämmandet och handlingsfriheten i arbetsformen (Weidenstedt et al., 2020).

I en litteratursammanställning skriven av forskningsinstitutet Forte (2019) var syftet att sammanfatta den kunskap som finns om gig-arbetares arbetsvillkor och arbetsförhållanden samt att identifiera områden där kunskapsluckor finns.

De identifierar ett flertal områden där det krävs ytterligare forskning på området i en svensk kontext bland annat kunskap om arbetsvillkor och arbetsförhållanden, där de nämner bland

annat bristande stöd och otrygghet i arbetslivet. Vidare lyfts behov av kunskap kring arbetsformens hälsoeffekter (Forte, 2019).

I en utredning (SOU 2017:24) var syftet att kartlägga trender och nya arbetsformer i Sverige och om arbetsmiljöansvaret är ändamålsenligt för det moderna arbetets utmaningar. Syftet var även att redovisa om det förefaller brister i regelverket och om åtgärder bör ske för att arbetsmiljöns ansvarsfördelning ska delas på ett ändamålsenligt sätt. Utredningen visar att regelverket för arbetsmiljön som finns idag inte går att appliceras fullt ut på gruppen gig-arbetare i utredningen framkommer att det krävs en förnyelse av ansvarsbestämmelserna (SOU 2017:24).

Anställningsavtal och anställningstrygghet

Arbetare inom gig-ekonomin anses oftast vara egenställda (Forte, 2019).
Den egenanställde utför uppdraget åt gig-förmedlar-företaget som har knutit ett avtal med en kund. Den egenanställde är anställd av gig-förmedlar-företaget under den period uppdraget fortgår (Tillväxtverket, 2020). Exempelvis gäller avtal endast under en matleverans eller en budtransport med eget fordon. Den digitala revolutionen som sker i världen kan ses som en faktor till att stora förändringar sker på arbetsmarknaden, beträffande vem som tillhandhåller arbeten och hur arbetsuppgifterna utförs (Joubert, 2020). Det finns inte någon tydlighet i vilken anställningsformen är för arbetare inom gig-ekonomi i Sverige. De studier i ämnet som är gjorda i Sverige kommer samtliga fram till att många klassas som egenanställda (Forte, 2019; Weidenstedt et al., 2020) vilket betyder att de inte har någon arbetsgivare när uppdraget inte fortgår. Studier gjorda i andra länder har kommit fram till samma slutsats som de svenska rapporterna; personer verksamma inom gig-ekonomin saknar ofta tillgång till sociala förmåner så som sjuklön, semesterlön (Drahokoupil & Piasna, 2017; Stewart & Standford, 2017) och i en del fall saknas även försäkring för den egenanställde under uppdragets utförande (Forte, 2019).

Stress och psykisk ohälsa i arbetslivet

Det kan vara svårt att ha en balans mellan arbetslivet och privatlivet till följd av ökade arbetskrav (Ekberg et al., 2015). Det finns många faktorer i arbetsmiljön hos individer verksamma inom gig-ekonomin som kan ha negativ inverkan på deras hälsa. Osäkra anställningar, brist på kontroll över sin arbetssituation och krav kan vara bidragande faktorer till stressrelaterad ohälsa (SBU, 2014).

Aktivitet och aktivitetsbalans

Enligt Wagman (2012) är aktivitetsbalans att ha en individuellt anpassad mängd av varierande aktiviteter inom olika kategorier. Det inkluderar att balansera arbete, privatliv, kropp och själ, födointag, träning och sömn, att uppleva kontroll över tiden samt vara stimulerad (Wagman, 2012). Aktiviteter i vardagen utvecklas och integreras efter vilka förutsättningar som finns i den omgivning som individen befinner sig i. Valmomodellen kategoriserar aktiviteterna utifrån vilken värdeupplevelse som uppstår, om det är ett konkret, sociosymboliskt eller självbelönande värde. En eller flera värden kan uppstå och upplevelsen är individuell men aktivitetsvärdet behövs för att uppleva mening i livet. Värdeupplevelsen påverkas av vem individen är, vad för uppgift som utförs och i vilken omgivning det sker. Det är viktigt att förstå motivet i individens aktivitetsutförande och dess negativa eller positiva effekter på välbefinnandet på individnivå (Erlandsson & Persson, 2020).

Syfte

Syfte med studien var att beskriva gig-arbetares aktivitetsbalans och hälsa samt beskriva kontexten för gig-arbete och arbetsutförandet.

Utifrån syftet har följande frågeställningar lyfts fram:
Hur skattar gig-arbetare aktivitetsbalansen i arbete och mellan olika aktiviteter i vardagen?
Hur skattar gig-arbetar sin hälsa?
Hur ser arbetet ut för gig-arbete i en svensk kontext och hur utförs arbetet?

Material och metod

Designen är en deskriptiv tvärsnittsstudie (Kristensson, 2014). Både kvantitativ och kvalitativ metod har använts för att besvara syftet och frågeställningarna. Enkät har kombinerats med observation. Studien är inspirerad av fallstudiemetodik (Yin, 2014).

Förförståelse

Författarnas förförståelse för gig-arbete och gig-ekonomin har varit begränsad innan studien startade. Båda författarna har haft kunskaper om att gig-arbete finns i större städer men inga kunskaper om hur det utför, vilka individer som arbetar inom branschen eller hur det fungerar organisatoriskt.

Urval/Deltagare

Bekvämlighetsurval (Kristensson, 2014) användes för att söka deltagare till enkäten. Urvalet består av personer verksamma i den delen av gig-ekonomin som utgör okvalificerade uppdragsbaserade arbeten som utförs lokalt tex snabbmatsleveranser, budleveranser eller annat arbete som förmedlas via gig-plattformar. Personer som arbetar med arbeten online exkluderades. Tio gig-arbetare deltog i studien.

Hälften av deltagarna är mellan 29–40 år, ingen är äldre än 54 år (tabell 1). Majoriteten av deltagarna har gig-arbete som sin primära inkomstkälla, endast en deltagare har arbetsformen som en sekundär inkomstkälla. Två kvinnor och åtta män har deltagit i enkätstudien. Högsta avslutade utbildningsnivå var för fyra deltagare gymnasium, fem högskola/universitet och en annat. Fem deltagare uppgav Sverige som födelseland och fem uppgav att dom var födda i länder utanför EU.

Tabell 1 Deltagarnas ålder (n=10)

Ålder	Antal
16–28	3
29–40	5
41–54	2
55 eller äldre	0

Författarna har letat deltagare via sociala medier och i reell miljö vilket har möjliggjort observationer av fenomenet gig-arbete. Platserna valdes ut för att leta deltagare gjordes genom att utgå från de närmaste städerna där gig-plattformar fanns tillgängliga. Det resulterade i en medelstor stad och en mindre stad i Småland. För att identifiera relevanta grupper på sociala medier användes sökord som innehöll kända företagsnamn verksamma inom den delen av gig-ekonomi som studien fokuserar på. Företagsnamnen kombinerades med orden *riders, drivers, åkare, works och arbetare*. Författarna kontaktade ett flertal administratörer för olika sorters intressegrupper med syfte att kunna rekrytera deltagare och observera fenomenet. Administratörerna informerades om studiens syfte och hur den planeras att genomföras. Intresset att godkänna publicering av studien på deras sidor har inte varit stort. Ett flertal av grupperna som observerats drivs av ett och samma nätverk som är en synlig grupp på den sociala plattformen men det krävs ett medlemskap för att kunna ta del av gruppinlägg. Nätverket syftar till att förmedla en kontakt mellan företagare och arbetssökande, de andra intressegrupperna drivs av arbetare för arbetare inom olika branschspecifika yrken för gig-arbetare. De är inte anslutna till någon av onlineplattformarna som tillhandahåller arbeten.

Tabell 2, Observationsmiljöer (n=3)

OBSERVATIONSMILJÖ	PLATS	ANTAL GRUPPER	ANTAL TILLFÄLLEN	TIDSÅTGÅNG
Sociala medier	Facebook	10 Grupper		5 tim.
Interagerad i reell miljö	Mindre och medelstor stad		12	5 tim.
Passiv i reell miljö	Mindre och medelstor stad		4	8 tim.

Datainsamlingsinstrument

För att kunna besvara frågeställningarna, *Hur skattar gig-arbetare aktivitetsbalansen i arbete och mellan olika aktiviteter i vardagen? Hur skattar gig-arbetar sin hälsa*? skapades en enkät (bilaga 1).

Författarna kunde inte hitta något standardiserat instrument som passade för att besvara syftet och valde därav att konstruera den egna enkäten. Enkäten består av nio bakgrundsfrågor

som är inspirerade av SCB:s kategorisering av ålder, civilstånd, utbildningsnivå, inkomst, barn boende i hushållet och redovisning av arbetade timmar (Statistiska Centralbyrån, u.å.). Sedan följer tre specifika bakgrundsfrågor som relaterar till gig-arbete. Frågorna som relaterar till studiens syfte är inspirerade av Valmomodellens (Erlandsson & Persson, 2010) aktivitetsvärde tillsammans med bedömningsinstrumentet WEIS-S (Ekbladh & Haglund, 2010) beskrivning av tidsanvändning i vardagen. I enkäten lades begreppsförklaring in för fritidsaktiviteter och hushållssysslor. Enkäten består av påståendefrågor med fem olika svarsalternativ, instämmer helt, instämmer delvis, varken eller, instämmer inte helt och instämmer inte alls. Enkäten testades på fem olika individer i olika åldrar, med olika utbildningsnivå och som arbetade inom olika yrken, inga justeringar gjordes. Enkäten skapades i online programmet Esmaker (Entergate, 2021). Enkäten utformades så deltagare skulle kunna nå den via en länk och som QR-kod vilket möjliggjorde att deltagarna kunde nå enkäten via sin mobiltelefon (Bilaga 2).

Observation har skett i olika sorters intressegrupper på sociala medier och i reella miljöer där fenomenet förekommer för att kunna besvara frågeställningen, *Hur ser arbetet ut för gig-arbetare i en svenska kontexten och hur utförs arbetet*?

Datainsamling procedur

Enkäten publicerades i flertalet grupper på sociala medier för jobbsökande inom gig-ekonomin med fokus på större städer i Sverige. Den publicerades även i intressegrupper som drivs av individer som arbetar inom gig-arbeten. Innan enkäten öppnades fick deltagarna ta del av ett informationsbrev (bilaga 3) om studiens syfte, att deltagandet är frivilligt, att svaren är konfidentiella och kommer sparas krypterade på Esmakers plattform (Entergate, 2021) samt att deltagarna lämnar sitt samtycke i samband med att enkäten besvaras. Vidare gavs information om att studiens resultat kommer att publiceras på lärosätets databas när studien är klar och godkänd. Enkät publicerades sedan tillsammans med en informationstext på de aktuella intressegrupperna (bilaga 4). Författarna valde att skriva två påminnelser om deltagande eftersom grupperna innehåller många medlemmar och inläggen snabbt hamnar långt ner i flödet på gruppernas sida. För att öka deltagandet delades information om studien och QR-kod till enkäterna (bilaga 2) ut till gig-arbetare i reell miljö.
Enkäternas data samlades in via online programmet Esmaker (Entergate, 2021).

Observation via sociala medier har skett återkommande under studiens gång i det intressegrupper författarna hade tillträde till.

Observationer i den medelstora staden gjordes genom att göra en snabbmatsbeställning, besöka centrala platser där det fanns restauranger kopplade till en online plattform samt vid en snabbmatsrestaurang i utkanten av staden. Observationen utfördes under en vardag mitt i veckan. Samma tillvägagångsätt användes för den mindre staden där sex restauranger kopplade till en stor snabbmatsleverantör inom online plattformar observerades och besöktes av författarna (tabell 2).
För insamlingen av data behövde författarna interagera i de sammanhang som gig-arbetare och fenomenet förekommer. Vid utförandet av observationerna behövde författarna vara medvetna om att data som samlades in skedde i en miljö utanför författarnas kontroll (Yin, 2014). Observationerna sker på gig-arbetarnas arbetsplats och i samband med att de utför sina arbetsuppgifter. I den reella miljön observerades allt som författarna kunde koppla till fenomenet gig-arbete exempelvis vilka kläder arbetarna hade på sig, vilken utrustning använde dom sig av i arbetssituationen, vilka transportmedel användes men också hur författarna upplevde mötet med gig-arbetarna. I den digitala miljön på sociala medier observerades diskussioner och inlägg som har förts i de grupper för gig-arbetare författarna har haft tillträde till exempelvis inlägg om problem att komma i kontakt med uppdragsgivande gig-plattformar, uppmaning om strejk mot uppdragsgivaren och felaktiga utbetalningar.

Observationerna från sociala medier och reell miljö skrevs ner i korta fraser eller enstaka ord som exempelvis körde bil, hade inga märkta arbetskläder, i ett textdokument. Sedan diskuterade författarna och reflekterade över materialet och skapade tillsammans meningar som utvecklade de korta fraserna. Exempelvis anteckningen *”felaktiga/uteblivna betalningar persontransport och matlev”*, utvecklades till *”Det finns återkommande trådar om felaktiga utbetalningar i både grupperna för persontransport och matleveranser”*. Anteckningarna utvecklades i närtid av observationstillfället för att inga detaljer skulle falla ur minnet.

Både observationerna på sociala medier och i reell miljö har sedan legat som grund för att besvara frågeställningen, *Hur ser arbete ut för gig-arbetare i den svenska kontexten och hur utförs arbetet*?

Databearbetning

Data från enkäterna har exporterats till kalkylprogrammet Microsoft Excel (2016) för sammanställning av den insamlade data. För ytterligare bearbetning exporterades data från Microsoft Excel till dataprogrammet SPSS, Statistical Package for the Social Sciences version

27.0 (IBM Analytics, u.å). Med anledning av att enkätens svarsalternativ består av icke-numeriska variabler behövde författarna koda om samtliga svarsalternativ i SPSS till numeriska variabler. Samtliga frågor från enkäten kodades om, exempelvis frågan ”Min helhetsupplevelse av gig-arbete är bra” kodades svarsalternativen instämmer helt=1, Instämmer delvis=2, Varken eller=3, Instämmer inte helt=4 och Instämmer inte alls=5 (Bilaga 5). Enkätens data sammanställdes genom deskrips statistik (Kristensson, 2014).

För att bearbeta data från observationerna användes kvalitativ innehållsanalys (Nielsen-Höglund & Granskär, 2017). Metoden är applicerbar på olika slags texter vilket gör metoden användbar för analys av observationerna. Författarna har använt en induktiv ansats. Metoden utgörs av att hitta likheter, skillnader eller mönster för den insamlade data och ger möjlighet att kategorisera det som observerats (Kristensson, 2014). Författarna tog ut de meningsbärande enheterna ur sina utvecklade anteckningar från observationerna. Författarna använde en tabell där de meningsbärande enheterna lades in för att kunna kondenseras och sedan kodas. Författarna har sedan diskuterat koderna för att hitta skillnader eller likheter för att kunna kategorisera dem (Tabell 3). Analysen av materialet resulterade i tre kategorier och 10 underkategorier.

Tabell3 Exempel från innehållsanalysen

Meningsbärande enhet	**Kondenserad mening**	**Kod**	**Underkategori**	**Kategori**
Alla som observerats transporterade matleveranserna med bilar som inte hade onlineplattformens företagslogotyper på…	Färdades i bilar utan företagets logotyp på vid matleveranser	Bil som transportmedel	Arbetsredskap	Arbetsmiljö och arbetsorganisati-on
Majoriteten av de inlägg och kommentarerna på Facebook vi har läst är skrivna på engelska	Uttrycker sig genom det engelska språket i text	Engelska som skriftspråk	Kommunikation på engelska	Kommunikation
Två av de individer vi pratat med idag vid utdelandet av enkäter föredrog att föra samtalet på engelska…	Pratar hellre på engelska än svenska	Engelska som talspråk	Kommunikation på engelska	

Etiska överväganden

Vid utförandet av studien togs hänsyn till de fyra etiska huvudkraven som finns inom forskning (Vetenskapsrådet, 2002). *Konfidentionalitetskravet* uppfylldes genom att svaren ifrån enkäten inte kan härledas till en specifik deltagare eller var ifrån denne kommer. Information gavs att data kommer sparas skyddat på Esmaker (Entergate, 2021). *Nyttjandekravet* uppfylldes genom att insamlad data endast kommer att användas för att besvara studiens syfte. Data kommer inte användas eller utlånas för annat bruk.
Informationskravet uppfylldes genom att information gavs till deltagarna hur studien genomförs, syftet, hur data hanteras och att studien kommer publiceras på lärosätets databas. *Samtyckeskravet* uppfylldes genom att det framgick att deltagaren lämnar sitt samtycke i samband med att enkäten besvaras.

Beträffande observationerna var avsikten att studera fenomenet gig-arbete och kontexter som gig-arbetare befinner sig i kopplat till yrkesutövningen och inte enskilda individer. Anteckningar har inte innehållit individspecifika detaljer utan iakttagelser av miljön och sammanhanget. Spicker (2011) menar att observation i den offentliga miljön där individer befinner sig är något man inte kan kontrollera. Det argumenterar för att de som befinner sig på offentliga platser inte behöver ges information eller lämna samtycke. Dock kan det vara svårt att bestämma vad som utgör det offentliga och vad som utgör individens sfär. Att utföra synliga saker på en offentlig plats gör dem inte per automatik offentliga. Privata saker kan ske på offentliga platser. Den geografiska platsen bestämmer inte om det är offentligt utan handlingens utförande (Spicker, 2011). Författarna har observerat den offentliga miljön som är tillgänglig för alla men där gig-arbetare finns. Observationerna har inte innefattat observation av privata handlingar utan observationer kopplade till fenomenet gig-arbete.

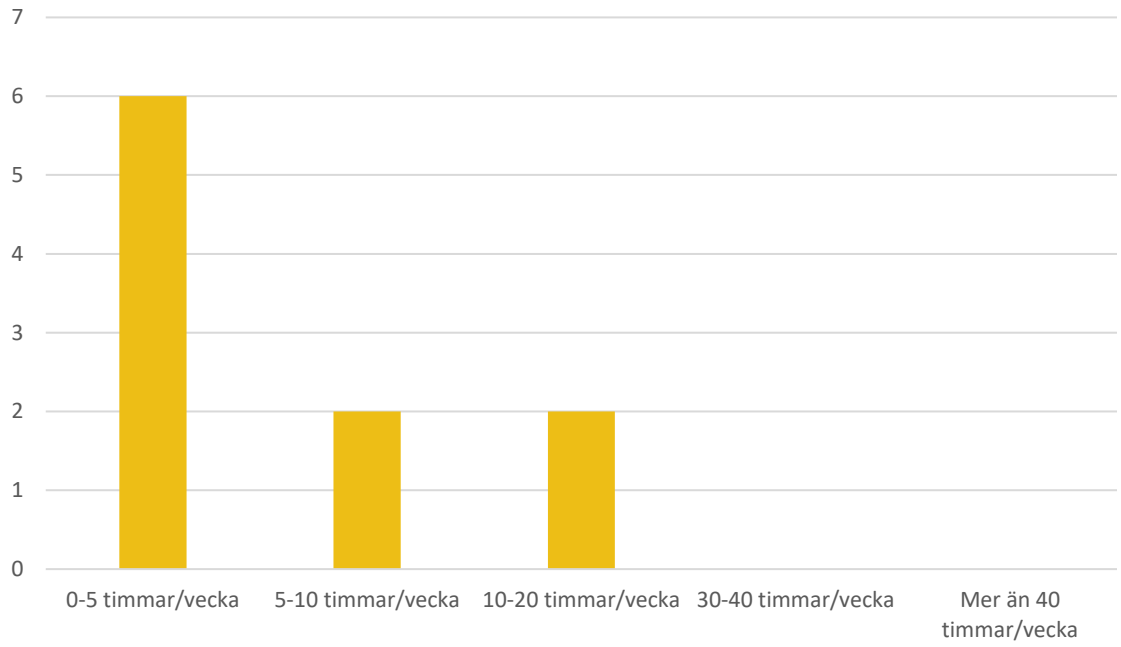
Etisk egengranskning har genomförts efter Hälsohögskolans anvisningar.

Resultat

Resultatet redovisas i form av diagram, tabeller och text utifrån studiens tre frågeställningar, *Hur skattar gig-arbetare aktivitetsbalansen i arbete och mellan olika aktiviteter i vardagen? Hur skattar gig-arbetar sin hälsa? Hur ser arbetet ut för gig-arbete i en svensk kontext och hur utförs arbetet?* För att besvara den sista frågeställningen redovisas resultat från både enkät och observation.

Hur skattar gig-arbetare aktivitetsbalansen i arbete och mellan olika aktiviteter i vardagen?

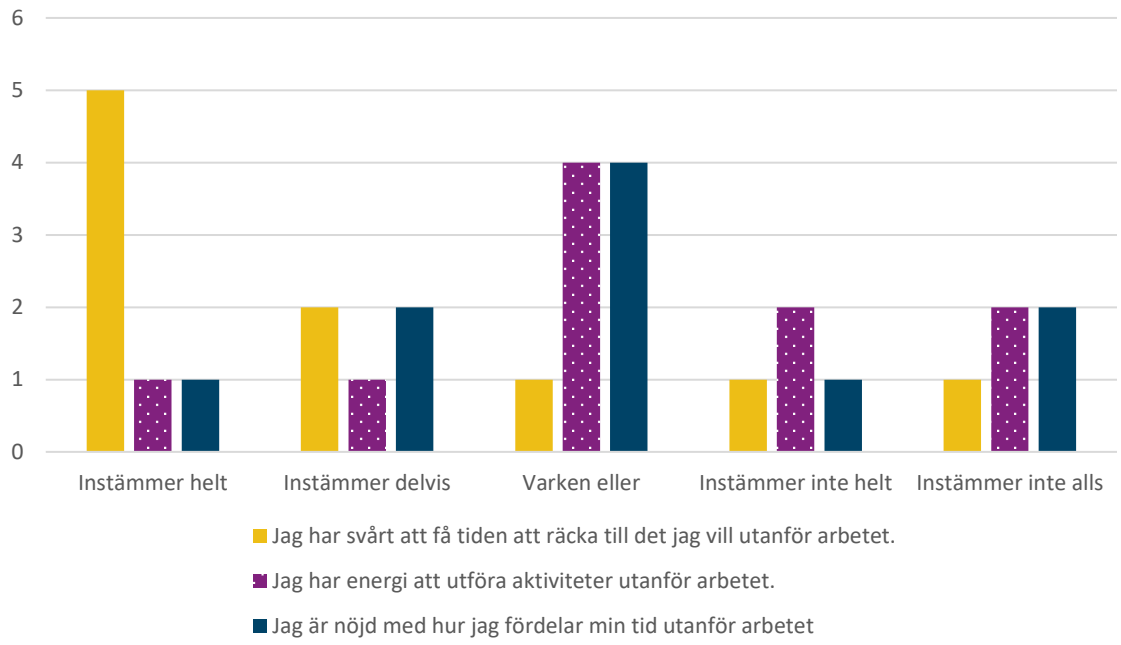
På påståendet *Hur många timmar i snitt lägger du på fritidsaktiviteter under en vecka* (figur 2), svarade en majoritet av deltagarna (n=6) att de spenderar mellan 0–5 timmar/vecka på fritidsaktiviteter.



Figur 1 Deltagarnas tidsanvändning för fritidsaktiviteter per vecka. (n=10)

På påståendet *Jag har svårt att få tiden att räcka till det jag vill utanför arbetet* är det är det hälften av deltagarna som svarat instämmer helt (n=5).

På påståendena, *Jag har energi att utföra aktiviteter utanför arbetet* och *Jag är nöjd med hur jag fördelar min tid utanför arbetet (figur 3)* svarar endast en (n=1) deltagare alternativet instämmer helt på båda påståendena, de svaren kommer från samma deltagare.



Figur 2 Deltagarnas tillfredställelse med fördelning av tid utanför arbetet, deltagarnas energi att utföra aktiviteter utanför arbetet. (n=10)

På påståendet *Jag planerar in fritidsaktiviteter som ger mig energi varje vecka är* det endast tre (n=3) som har svarat med alternativet, instämmer helt (tabell 4).

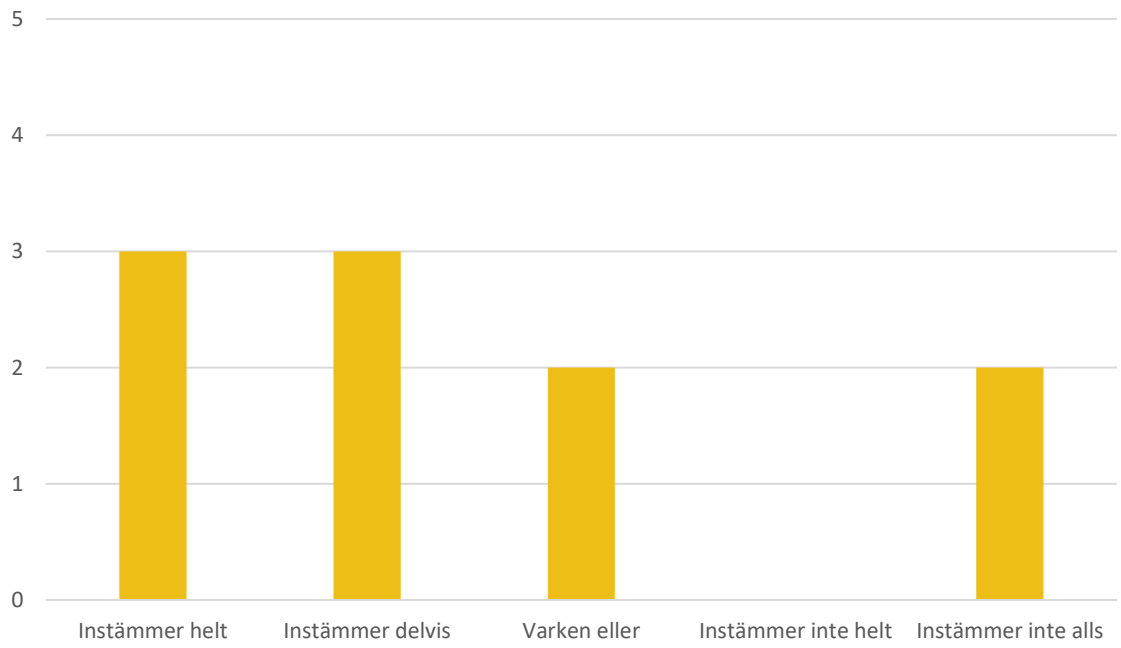
På påståendet *Det finns en balans mellan arbete och fritidsaktiviteter och hushållssysslor i mitt liv* är det ingen (n=0) som har angett svarsalternativet Instämmer helt och fyra (n=4) som har angett alternativet Instämmer inte alls (tabell 4). Det går inte finna några övriga markanta samband mellan variabler för dessa fyra som grupp.

Tabell 4 Inplanering Energigivande fritidsaktiviteter, Balans mellan olika aktiviteter (n=10)

Jag planerar in fritidsaktiviteter som ger mig energi varje vecka		Det finns en balans mellan arbete, fritidsaktiviteter och hushållssysslor i mitt liv	
Svarsalternativ	**Antal**	**Svarsalternativ**	**Antal**
Instämmer helt	3	Instämmer helt	0
Instämmer delvis	1	Instämmer delvis	2
Varken eller	3	Varken eller	3
Instämmer inte helt	1	Instämmer inte helt	1
Instämmer inte alls	2	Instämmer inte alls	4

Hur skattar gig-arbetar sin hälsa?

På påståendet *Jag upplever att jag har god hälsa (figur 4)* svarar majoriteten av deltagarnas instämmer helt (n=3) eller instämmer delvis (=3), endast två (n=2) deltagare svar instämmer inte alls på påståendet.



Figur 3 Deltagarnas upplevelse av hälsa. (n=10)

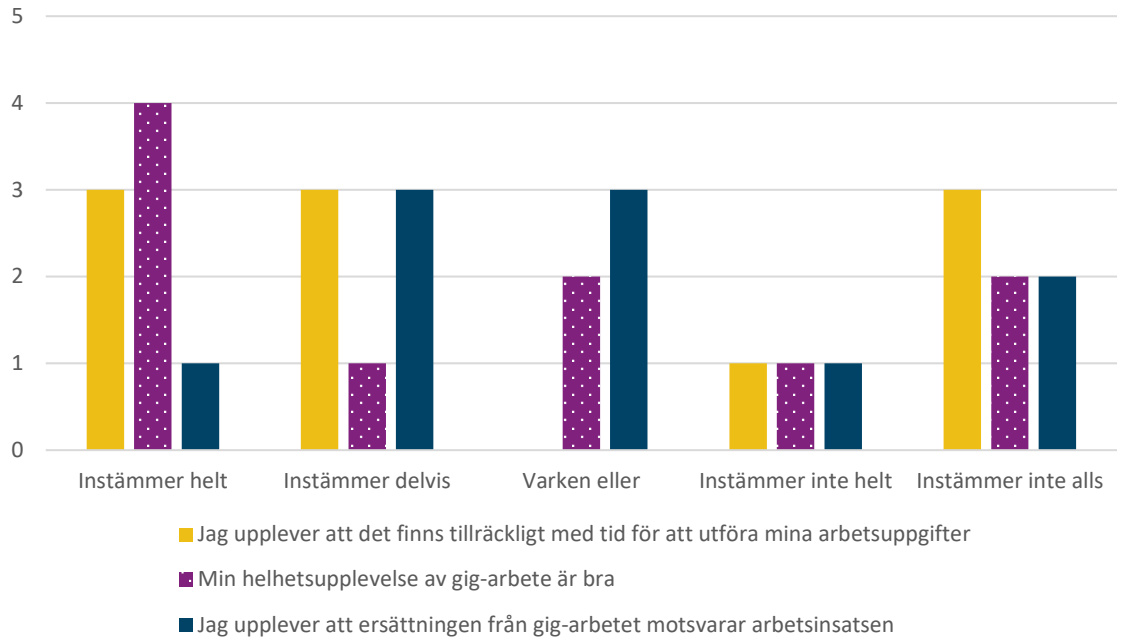
Det finns likheter för andra variabler och skattningen av upplevd hälsa. De deltagare som instämmer helt och delvis på påståendet *Jag upplever att jag har god hälsa* och arbetar mer än 40 timmar/vecka har en inkomst på mer än 20 000 kr i månad före skatt (Tabell 5). De som uppgav instämmer inte alls arbetar mer än 40 timmar/vecka och har en inkomst på under 10 000 kr i månaden före skatt. Samtliga av dessa deltagare har gig-arbete som sin primära inkomstkälla.

Tabell 5 Arbetstimmar per vecka, Inkomst före skatt (n=10)

Ungefär hur många timmar per vecka utför du gig-arbete		Vad är din ungefärliga gig-inkomst per månad före skatt?	
Svarsalternativ	**Antal**	**Svarsalternativ**	**Antal**
0–5 timmar/vecka	2	0–4 999 kr	4
5–10 timmar/vecka	0	5 000–9 999 kr	1
10–20 timmar/vecka	1	10 000–19 999 kr	1
20–30 timmar/vecka	1	20 000 kr eller mer	4
30–40 timmar/vecka	0		
40 timmar/vecka eller mer	6		

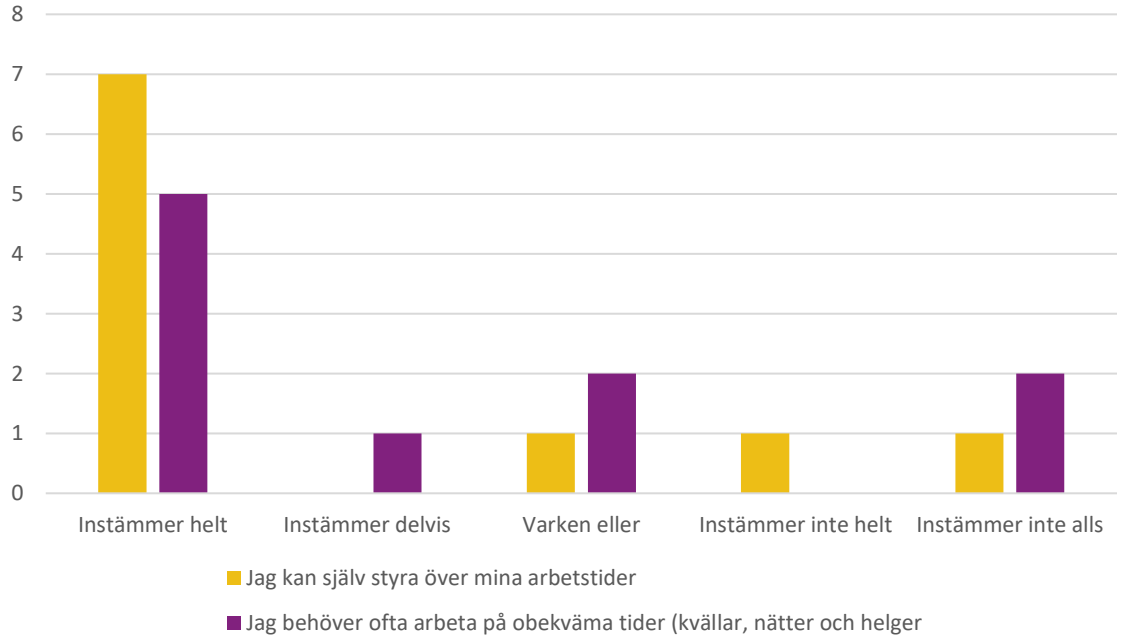
Hur ser arbetet ut för gig-arbete i en svensk kontext och hur utförs arbetet?

Majoriteten av deltagarna (n=6) har svarat att de instämmer helt eller instämmer delvis på påståendet *Jag upplever att det finns tillräckligt med tid att utföra mina arbetsuppgifter*. Det är lika många (n=6) som instämmer helt eller delvis på påståendet *Min helhetsupplevelse av gig-arbete är bra*. Det är ett mindre antal (n=4) av deltagarna som instämmer helt eller delvis för påståendet *Jag upplever att ersättningen från gig-arbete motsvarar arbetsinsatsen (figur 5)*. Två deltagare angav instämmer inte alls på samtliga påstående och två angav instämmer helt för de första påståendena och varken eller på de resterande två.



Figur 5 Deltagarnas upplevelse av gig-arbete. (n=10)

På påståendet *Jag kan styra över mina arbetstider* svarar majoriteten (n=7) instämmer helt. På påståendet *Jag behöver ofta arbeta på obekväma tider* (figur 6) är majoriteten (n=6) som svarar instämmer helt eller instämmer delvis. Tre deltagare svarade instämmer helt på båda påståendena.



Figur 6 Deltagarnas kontroll över sina arbetstider. (n=10)

Tabell 6, Kategorier och underkategorier från observationer

Resultatredovisning av underkategorier och kategorier

Kategorier	**Underkategorier**
Arbetsmiljö och Arbetsorganisation	Annan anställningsform Arbetsredskap Arbetsförhållande Strejk
Kommunikation	Kommunikation på engelska Organisatorisk kommunikation
Ekonomiska faktorer	Inkomsthinder Vinstgivande egenorganiserat samarbete

Arbetsmiljö och arbetsorganisation

Annan anställningsform – Från observation i reell miljö framkom det att det fanns restauranger som uppgav att de var anslutna till en applikation för i detta fall snabbmatbeställning, men som inte lade ut dessa körningar för applikationens gig-arbetare. I dessa fall skötte restaurangerna sina egna snabbmatsleveranser.
Arbetsredskap – De gig-arbetare som observerades i reell miljö använde icke företagsmärkta fordon. De flesta hade inte heller några arbetskläder med företagslogotyper. De använde mobiltelefoner.
Arbetsförhållande – På sociala medier skrivs det om felaktiga ersättningar, tekniska problem med mobila applikationer och webapplikationer kopplade till specifika arbetsgivare. I flertalet trådar beskrivs att man inte får sina avtal förnyade med uppdragsgivaren trots bra omdömen. Det diskuteras även mycket om ett kollektivavtal som har slutits mellan transportarbetareförbundet och ett större företag verksamt inom matleveranser.
De gig-arbetare som observerades genom interagerande observationer uppgav samtliga att de inte hade tid att prata eller delta i någon studie. De var samtliga på väg någonstans, antingen för leverans eller sökte efter nästa uppdrag via mobilapplikation.
Strejk – Ett återkommande ämne i en grupp för gig-baserade persontransporter på sociala medier är försök till att anordna strejk för att få bort de lägsta ersättningsnivåerna inom den gig-baserade persontransportbranschen. Man försöker få med de andra förarna att inte ta körningar för den lägsta avgiften.

Kommunikation

Kommunikation på engelska – De gig-arbetare som observerades genom interagerande observationer hade antingen inte svenska som modersmål eller pratade bara engelska. De flesta inläggen i de intressegrupper för gig-arbetare på sociala medier vi observerat är på engelska.

Organisatorisk kommunikation - I flertalet trådar på sociala medier diskuterades om problem med att komma i kontakt med arbetsgivaren. De grupper på sociala medier vi funnit har alla varit slutna grupper som det är svårt att få tillträde till, samt i många fall svåra att hitta.

Ekonomiska faktorer

Inkomsthinder – På sociala medier finns flertalet trådar i främst en grupp för individer verksamma inom gig-baserade persontransportbranschen om varningar om poliskontroller med efterföljande kommentarer att de förlorar pengar på att inte kunna ta körningar den tid det tar för polisen att kontrollera deras fordon.

Vinstgivande egenorganiserat samarbete - Det förekommer att förare inom gig-baserade persontransportsbranschen söker andra gig-arbetare till sin bil, detta till en procent av vad föraren kör in. Ägarna till bilen gör detta för att öka sin inkomst.

Diskussion

Resultatdiskussion

Syfte med studien var att beskriva gig-arbetares aktivitetsbalans och hälsa samt beskriva kontexten för gig-arbete och arbetsutförandet. Ur resultatet framkommer att majoriteten av deltagarna inte upplever att de har aktivitetsbalans mellan olika aktiviteter i vardagen och att det är svårt att få tiden att räcka till. Obalansen mellan aktiviteter kan antas utgöras av att aktivitetsmönstret inte är varierande och den önskade tiden som fördelas mellan olika aktiviteter gör att färre meningsfulla aktiviteter utförs. Arbetsterapimodellen Valmo beskriver aktiviteternas värde för individen, en obalans i värdeupplevelserna för aktiviteterna kan ge en negativ påverkan på upplevelsen av mening i vardagen (Erlandsson & Persson, 2020).

Deltagarna i studien skattar inte sin upplevda aktivitetsbalans som god (tabell 4) men sin hälsa som god (figur 4). Det finns ett samband mellan upplevd aktivitetsbalans och hälsa (Håkansson & Wagman, 2014; Wagman et al., 2011; Wilcook, et.al., 1997; Erlandsson & Persson, 2020).
De deltagare som uppgav god hälsa och arbetade mer än 40 timmar per vecka hade en inkomst på 20 000kr eller mer efter skatt. Men upplevelsen av god hälsa skiljer mellan deltagarna, de deltagare i studien som arbetar i samma utsträckningar men har en längre inkomst uppgav instämmer inte alls på påståendet *jag upplever att jag har god hälsa*. SBU:s rapport lyfter arbetsmiljöns faktorer som kan ha en negativ inverkan på hälsan (SBU, 2014). För deltagarna skiljer upplevelsen av god hälsa men också inkomsten som kan ha att göra med att gig-arbetare har osäkra anställningar och brist på kontroll över sin arbetssituation.

Deltagarna i studien måste ofta arbeta på obekväma arbetstider (figur 6). Resultatet från enkäterna visar att obekväma arbetstider förekommer ofta. Detta överensstämmer med vad Forte (2019) skriver, behovet av tjänster inom gig-ekonomin finns på tider utan för ordinarie arbetstid (Forte, 2019). De kan styra över sina arbetstider själva (figur 6), vilket tyder på en känsla av egenmakt (*empowerment*) (Sakellariou & Pollard, 2017). Men det är samtidigt deras primära inkomstkälla och anställningsformen innebär ingen säkerhet på lång sikt. De är beroende av inkomsten arbetet ger, och kan då inte styra över sina arbetstider själv vilket leder till en aktivitetsorättvisa (*occupational injustice*) (Durocher, 2017). De har rätten att bestämma över sina arbetstider men inte möjligheten att använda den bestämmanderätten. Det finns inte förutsättningar att förlägga sina arbetstider när de själva vill, arbetet kan bara utföras när behovet finns vilket främst är på obekväma arbetstider (Forte, 2019).

Det är en grupp som är svår att komma i kontakt med, det är en icke öppet organiserad grupp. Vi har funnit små, löst sammansatta grupper på sociala medier som är både svåra att finna och att få tillträde till. Mycket av det som diskuterades i dessa grupper skulle kunna tolkas som startförsök till strejk mot sin uppdragsgivare, främst i den gig-baserade persontransportbranschen. Genomgående har inlägg och diskussioner på sociala medier berört svårigheterna att komma i kontakt med uppdragsgivaren. Avståndet mellan uppdragsgivare och arbetare lyfter annan forskning fram som ett problem inom gig-ekonomin (Weidenstedt et al., 2020; Forte, 2019). Det finns ett flertal faktorer som kan påverka risken för stressrelaterad ohälsa, pressade arbetssituationer, alltför höga krav i kombination med små möjligheter att påverka arbetssituationen, att ersättningen upplevs låg i relation till arbetsinsatsen och en osäkerhet i anställningen. (SBU, 2014).

Arbetsterapeuter behöver ha kunskap över hur gig-arbetare inom de okvalificerade arbetarna upplever sitt aktivitetsmönster och hur det påverkar deras upplevelse av mening i vardagen. Att uppleva mening i aktivitetsutförandet utgörs av att det finns ett värde i de vardagliga aktiviteterna och Valmo föreslår att det genererade värdet är en viktig del för upplevelsen av välbefinnande och hälsa (Erlandsson & Persson, 2020).
Arbetsterapeuter behöver ha förståelse för målgruppens varierande aktivitetsmönster och komplexiteten som uppstår i deras aktivitetsrepertoar till följd av sitt arbete inom gig-ekonomin. Gruppens arbetsförhållande skiljer sig från de ”traditionella” arbetsformerna med tillhörande sociala skyddsnät vilket behöver tas i beaktning när arbetsterapeuter möter dessa individer i den dagliga verksamheten (Forte, 2019; Weidenstedt et al., 2020)

Området som detta examensarbete berör är ett outforskat område. Det finns studier på målgruppen men det finns så vitt vi vet, ingen publicerad forskning som berör gruppen ur ett aktivitetsperspektiv. Det behövs forskning på hur målgruppen upplever sin situation ur ett aktivitetsperspektiv. Det skulle kunna ske genom en intervjustudie för att få en bild av hur det är att arbeta under dessa för oss i Sverige annorlunda förhållanden. Det är samtidigt en arbetsform i förändring till en anpassning till den svenska arbetsmarknaden (SOU 2017:24). Det är viktigt att i den förändringen inte glömma bort individens upplevelse av fenomenet gig-arbete. Gig-arbetare är en grupp som i många fall är oorganiserade. Få gig-arbetare är fackligt anslutna (Palm, 2018). Varför det är så och vad detta eventuellt har för betydelse för deras arbetsmiljö är ett område som det behöver forskas vidare. Resultatet i denna studie, om än väldigt litet visar på en stor upplevd aktivitetsobalans men en stor del skattar sin hälsa åt det

bättre hållet. Det behövs ytterligare forskning om hur den relativt nya arbetsformen gig-arbete stödjer gruppens möjligheter till ett varierat aktivitetsmönster. Det behövs forskning på hur arbetsformen påverkar hälsan för de individer verksamma inom den delen av gig-ekonomin som utgör de okvalificerade arbetena som tillhandhålls online men utförs offline.
Att ha ett arbete kan vara en faktor för bra hälsa, men det kan också vara en faktor för sämre hälsa (Erlandsson & Persson, 2020).

Metoddiskussion

Metoden för studien var från början en kvantitativ metod men eftersom antalet respondenter inte var tillräckligt stort för att kunna genomföra statistiska analyser på materialet valde författarna att tillföra en kvalitativ metod i form av observation. Den kvantitativa metoden ger förutsättningar att mäta respondenternas uppfattning av aktivitetsbalans, hälsa och arbete inom gig-ekonomin. Den kvalitativa metoden förser studien med information om gig-arbete som ett fenomen (Kristensson, 2014). Genom att använda två datainsamlingsmetoder ges större möjligheter att samla in en rikare mängd data i jämförelse med om bara en metod hade använts (Yin, 2014). Observationerna har gjorts i reell och digital miljö. Valet av bekvämlighetsurval för studien (Kristensson, 2014) gjordes efter att det framkommit i litteratursökningen att målgruppen är svår att nå. Detta trots att bekvämlighetsurval innebär en risk att urvalet blir skevt och att det eventuellt inte blir representativt för målgruppen. Deltagare söktes inom olika sammanhang för att få ett varierat urval, för att minska risk för skevhet och stärka den interna validiteten (Kristensson, 2014). Inklusionskriterier var okvalificerade uppdragsbaserade arbeten som utförs lokalt och exkluderingskriterier var de kvalificerade/okvalificerade arbeten som utförs online. Valet gjordes för att avgränsa vilka arbeten studien fokuserar på som utförs inom gig-ekonomin.
Det går inte dra några generella slutsatser av resultatet från studien då antalet deltagare var lågt n=10, urvalsmetoden var ett bekvämlighetsurval vilket inte kan ses som representativt för gruppen (Kristenson, 2014). Resultatet från enkäten visar hur de tio som ingick besvarade frågorna. Dock kan konstateras att sociodemografiska data till stor del överensstämmer med andra studier gjorda på gruppen i en svensk kontext (Weidenstedt et al., 2020; Forte, 2019) vilket ger viss tillförlitlighet till resultatet och stärker därmed den externa validiteten (Kristensson, 2014). Även om de sociodemografiska data till stor del överensstämmer kan inte studiens resultat generaliserar till andra sammanhang eller grupper av människor (Kristensson, 2014).

Efter publicering av enkäten har författarna reflekterat och diskuterat om fler deltagare hade tillkommit om enkäten hade konstruerats på engelska. Detta med anledning att under datainsamlingen uppmärksammades att flertalet av inläggen på sociala medier var skrivna på engelska och i samband med att enkät delades ut förekom det att författarna fick informera om studien på engelska. Inom ramen för detta examensarbete fanns inte utrymme att översätta enkäten till engelska och samtidigt kunna garantera att översättningen resulterade i en reliabel och valid enkät (Kristensson, 2014). Författarna har valt att presentera den kvantitativa data på gruppnivå för att ge information hur det ser ut för gruppen.

Det fanns inget standardiserat instrument som författarna kunde använda sig av för att besvara syfte och frågeställningarna. Därav konstruerades en egen enkät och den pilottestades men författarna kan inte bedöma mätsäkerheten och därmed inte reliabiliteten för enkätfrågorna (Kristensson, 2014).
Det framkom inte någon begreppsdefinition av hälsa i enkäten. När ingen begreppsförklaring gavs på för studien väsentligt begrepp som sammankopplade aktivitetsutförandet med hälsa är det svårt att avgöra vad hälsa representerar i enkäten, vilket kan innebära en skevhet i resultatet på just den frågan vilket påverkar den interna validiteten (Kristensson, 2014).
Författarna uppmärksammade vissa svagheter i svarsalternativet ”varken eller”, det besvarar inte vissa påståenden på ett tillfredställande sätt. I vissa sociodemografiska frågor används ”annat” som alternativ vilket vi menar inte hade tillfört resultatet något. Dock hade en öppen fråga kunnat vara lämpligare. Det skulle även ha lagts till ett ytterligare variabelvärde över inkomst samt även ett för antal arbetstimmar. På frågan om antal timmar deltagarna lägger på fritidsaktivitet i veckan så är lägsta alternativet 0–5 timmar i veckan, vilket betyder allt från noll till fem en timmes träningspass i veckan. Det hade kunnat korrigeras med att lägga till ett lägre svarsalternativ.

Observationer skedde i samband med rekrytering av deltagare till enkätstudien i en medelstor och en mindre stad där det fanns restauranger kopplade till en stor webbaserad snabbmatleverantör. Författarna var medvetna från litteratur att gig-ekonomin benämns som ett storstadsfenomen (Weidenstedt et al., 2020; SOU 2017:24). Valet att göra datainsamlingen i en mindre och mellan stor stad, trots att författarna var medvetna om att gig-arbete främst är ett storstadsfenomen gjordes med anpassning till rådande rekommendationer för pandemin. Ett bekvämlighetsurval var det mest lämpade så som pandemirekommendationerna såg ut under examensarbetes utförande.

Författarna har redovisat hur observationerna har gått till, under vilken tid och hur materialet har bearbetats och analyserats för att stärka tillförlitligheten och verifierbarheten men är medvetna om att det inte är stort eller omfångsrikt samt att det inte säga att det kommer vara stabilt över tid (Kristensson, 2014). Författarna är medvetna om att hade de använt sig av en observationsmall som visar vad som observerats mer konkret hade resultatets verifierbarhet stärkts. Det resultat som presenterats från observationen är inte heltäckande utan avspeglar hur den undersökta kontexten ser ut just i det beskrivna sammanhanget och under den beskrivna tiden. Det gör att resultatet inte är giltigt eller överförbart för andra sammanhang än den kontexten som studiens observation gjordes i (Kristensson, 2014).

Författarna hade svårt att lokalisera var gig-arbetarna fanns. I de städer observationerna gjordes så använde inte alla gig-arbetare kläder med företagslogotyper på. I en studie utförd i Stockholm fann de deltagare på två platser där gig-arbetarna uppehöll sig mellan sina uppdrag, åt lunch eller tog paus och kunde genomföra intervju genom att besöka dessa platser (Weidenstedt et al., 2020). Att förekomsten av fenomenet gig-arbete inte observerades i samma utsträckning som ovan nämnd studie kan beror på stadens storlek, utbredningen av fenomenet gig-arbete, rådande omständigheter i samhället eller årstiden som är kall och samlingsplatser inte uppstår lika naturligt som under andra tider på året.

Slutsatser

Syftet med studien var att beskriva gig-arbetares aktivitetsbalans och hälsa samt beskriva kontexten för gig-arbete och arbetsutförandet. Det finns en aktivitetsobalans bland deltagarna och hälften uppger problem med att få tiden att räcka till utanför arbetet men dom upplever sin hälsa i helhet som god. Det framkommer av resultatet att ingen av deltagarna tycker att de har balans mellan olika aktiviteter i livet. Det gick att se ett samband mellan de deltagare som skattade instämmer på påståendet om de upplevde god hälsa och de som inte instämde. De som instämde var de som arbetade mer än 40 timmar per vecka och hade en inkomst på 20 000kr eller mer efter skatt, de deltagarna som inte instämde hade en längre inkomst per månad efter skatt. Gig-arbetare är en oorganiserad grupp som är svår att finna och få kontakt med. De flesta i studien hade arbetsformen som sin primära inkomstkälla och det var stor spridning på inkomstnivån. Hälften av deltagarna var födda i länder utanför EU och de flesta arbetade mer än 40 timmar i veckan. Många av dem måste arbeta på obekväma arbetstider men hälften upplever helhetsupplevelsen av gig-arbete som något bra.

Referenser

Amendo. (u.d.). *Gigjobb-allt du behöver veta*. Hämtat från amendo.se: https://www.amendo.se/aktuellt/gigjobb-allt-du-behover-veta/ den 07 01 2021

Drahokoupil, J., & Piasna, A. (2017). *Work in the Platform Economy: Beyond Lower Transaction Costs. Intereconomics, 52*(6). 335-340. DOI: 10.1007/s10272-017-0700-9

Durocher, E (2017) *Occupational justice: a fine balance for occupational therapist*. I Sakellariou, D., & Pollard, N (Red.),*Occupational Therapies Whitout Borders: intergrating justice whit practice,* 10-11. Edinburgh: Elsevier

Ekberg, K., Eklund, M., & Hensing, G. (2015). *Återgång i arbetet, processerbedömningar åtgärder*. Lund: Studentlitteratur AB.

Ekbladh, E., & Haglund, L. (2010). *WEIS-S version 3*. Linköping: Institutionen för samhälls- och välfärdsstudier, Linköpings universitet.

Entergate. (2021). *esmaker Enkät- och analysplattform*. https://entergate.se/products/esmaker/

Erlandsson, L.-K., & Persson, D. (2020). *ValMo-modellen, Ett redskap för aktivitetsbaserad arbetsterapi* (2:a uppl.). Lund: Studentlitteratur AB.

Etzioni, A. (2018). *Benefits for Gig workers. Challenge, 61*, 255-268. doi:10.1080/05775132.2018.1477475

Folkhälsomyndigheten. (2020). *Stress*. https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/tolkad-rapportering/folkhalsans-utveckling/resultat/halsa/stress/

Forte. (2019). *Vinnare och förlorare den nya gigekonomin, En kunskapsöversikt* . Stockholm: Forte-Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd. https://forte.se/artikel/vinnare-och-forlorare-den-nya-gigekonomin/

Friedman, G. (2014). *Workers without employers: shadow corporations and the rise of gig economy. Review of Keynesian Economics, 2* (2), 171-188. doi.org/10.4337/roke.2014.02.03

Försäkringskassan. (2020). *Sjukfrånvaro i psyiatriska diagnoser, Socialförsäkringsrapport 2020:8*. Stockholm: Försäkringskassan. https://www.forsakringskassan.se/wps/wcm/connect/e12b777c-e98a-488d-998f-501e621f4714/sjukfranvaro-i-psykiatriska-diagnoser-socialforsakringsrapport-2020-8.pdf?MOD=AJPERES&CVID=

Huws, U., Spencer, N. H., Syrdal, D. S., & Holts, K. (2017). W*ork in the European Gig European: Research results from the UK, Sweden, Germany, Austria, the Netherlands, Switzerland and Italy*. Brussels: Foundation for European Progressive Studies. https://uhra.herts.ac.uk/bitstream/handle/2299/19922/Huws_U._Spencer_N.H._Syrdal_D.S._Holt_K._2017_.pdf?sequence=2

Håkansson, C., & Wagman, P. (2014). *Aktivitetsbalans och andra aktivitetsbehov*. i U. Kroksmark (Red.), *Hälsa och aktivitetet i vardagen- ur ett arbetsterapeutiskt perspektiv,* 16-23. Nacka: Förbundet Sveriges arbetsterapeuter.

Håkansson, C., Dahlin-Ivanoff, S., & Sonn, U. (2006). *Achieving balance in everyday life. Journal of Occupational Science, 13* (1), 74-82. doi.org/10.1080/14427591.2006.9686572

IBM Analytics. (u. å). *Statistical package for the Social Sciences.* https://www.ibm.com/analytics/spss-statistics-software den 05 23 2021

Innestrand, S. T., Langballe, E. M., Espnes, G. A., Falkum, E., & Aasland, O. G. (2008). *Positive and negative work-family interaction and burnout: A longitudinal study of reciprocal relations. An International Journal of Work, Health & Organisations, 22*(1), 1-15. doi.org/10.1080/02678370801975842

Joubert, R. (2020). *Occupational catastrophe! The digital revolution, global wariming, unrest and pandemics: are we prepared? South African Journal of Occupational Therapy, 50*(2), 77-83. doi:10.17159/2310-3833/2020/vol50no2a10

Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso-och vårdvetenskap* (1:a uppl.). Stockholm: Författaren och bokförlaget Natur & Kultur.

Lundman, B., & Graneheim, H. U. (2017). *Kvalitativ innehållsanalys*. i B. Nielsen Höglund, & M. Granskär, *Tillämpa kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård,* 219-233. Lund: Studentlitteratur AB.

McKinsey Global Institute. (2016). *Independent work: Choice, necessity, and the gig economy*. https://www.mckinsey.com/~/media/McKinsey/Featured%20Insights/Employment%20and%20Growth/Independent%20work%20Choice%20necessity%20and%20the%20gig%20economy/Independent-Work-Choice-necessity-and-the-gig-economy-Executive-Summary.pdf

Palm, J. (2018). *De oorganiserade - Gig-ekonomin och den fackliga anslutningen*. Stockholm.

https://www.lo.se/start/lo_fakta/de_oorganiserade_gig_ekonomin_och_den_fackliga_anslutningen

Regeringskansliets förvaltningsavdelning. (SOU 2017:24). *Ett arbetsliv i förändring - hur påverkas ansvaret för arbetsmiljön?* https://www.regeringen.se/496173/contentassets/93df7ab18b704a8ab655080cb498dfd1/ett-arbetsliv-i-forandring--hur-paverkas-ansvaret-for-arbetsmiljon-sou-201724

Sakellariou, D., & Pollard, N. (2017). *Occupational Therapies Whitout Borders: intergrating justice whit practice.* Edinburgh: Elsevier.

Sanandaji, N. (2018). *Samhällsförlusten av sjukskrivningar: 62 miljarder kronor.* Skandia: https://www.skandia.se/globalassets/pdf/press-och-media/rapporter-och-debatt/samhallskostnaden-for-langre-sjukfranvaro-181008.pdf

SBU. (2014). *Arbetsmiljöns betydelse för symtom på depression och utmattningssyndrom, en systematisk litteraturöversikt.* Stockholm https://www.sbu.se/contentassets/800ad7aecf9146c795d3a89c7a957048/arbetsmiljo_depression_2014.pdf den 02 04 2021

Spicker, P. (2011). *Ethical Covert Research. Sociology*, 118-133. doi:10.1177/0038038510387195

Statistiska Centralbyrån. (u.d.). *Hitta statistik.* https://www.scb.se/hitta-statistik/ den 11 03 2021

Stewart, A., & Standford, J. (2017). *Regulating work in the gig economy: What are the options? The Economic and Labour Relations Review, 28*(3), 420-437. https://doi.org/10.1177/1035304617722461

Taylor, R. R., Falk, C., Falk, K., & Thurban, C. (2020). *Kielhofners model of human occuaption: teori och tillämpning* (2:a uppl.). Lund: Studentlitteratur.

Tillväxtverket. (2020). *Egenanställning*. https://www.verksamt.se/fundera/egenanstallning den 02 05 2020

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: https://www.vr.se/download/18.68c009f71769c7698a41df/1610103120390/Forskningsetiska_principer_VR_2002.pdf

Wagman, P. (2012). *Conceptualizing life balance from an empirical and occupational therapy perspective.* Jönköping: School of Health Sciences, Jönköping University. doi:978-91-85835-24-9

Wagman, P., Björklund, A., Håkansson, C., Jacobsson, C., & Falkmer, T. (2011). *Perceptions of Life Balance Among a Working Population in Sweden. Qualitative Health Research, 3*(21), 410-418. https://doi.org/10.1177/1049732310379240

Weidenstedt, L., Geissinger, A., & Lougui, M. (2020). *Varför gigga som matkurir? Förutsättningar och förväntningar bakom okvalicerat gig-arbete?* doi:978-91-7819-917-4

Yin, R. K. (2014). *Case study research Design and Methods* (5:e uppl.). London: SAGE. doi:978-1-4522-4256-9

Bilagor

Bilaga 1

Enkät

Bakgrundsfrågor

1. Din ålder
16–28
29–40
41–54
55 eller äldre

2. Jag är …
Man
Kvinna
Annat

3. Ditt civilstånd
Ensamstående
Gift/sambo
Särbo

4. Var är du född?
I Sverige
I ett land inom EU
I ett land utanför EU

5. Vilken är din högsta avslutade utbildning
Grundskola eller folkskola
2-årigt gymnasium, fack-, yrkes-, flick-, real- eller folkhögskola
3–4-årigt gymnasium
Högskola/universitet
Annat
6. Hur bor du?
Hyresrätt
Bostadsrätt
Hus
Hos föräldrarna
Annat

7. Finns det barn boende i hushållet?
Ja
Nej

8. Utgör gig-arbete din primära inkomstkälla
Ja
Nej

9. Ungefär hur många timmar per vecka utför du gig-arbete?
0–5 timmar/vecka
5–10 timmar/vecka
10–20 timmar/vecka
20–30 timmar/vecka
30–40 timmar/vecka
40 timmar/vecka eller mer

10. Vad är din ungefärliga gig-inkomst per månad före skatt?
0–4 999 kr
5 000–9 999 kr
10 000–19 999 kr
20 000 kr eller mer

11. Hur många timmar i snitt lägger du på fritidsaktiviteter under en vecka?

Begreppen fritidsaktiviteter innefattar aktiviteter som idrott, friluftsaktiviteter, föreningsverksamhet, bio, social samvaro, läsning och hobbys.

0–5 timmar/vecka
5–10 timmar/vecka
10–20 timmar/vecka
20–30 timmar/vecka
30–40 timmar/vecka
Mer än 40 timmar/vecka

12. Följande påståenden handlar om tidfördelningen mellan arbete och fritid. Begreppen fritidsaktiviteter innefattar aktiviteter som idrott, friluftsaktiviteter, föreningsverksamhet, bio, social samvaro, läsning och hobbys. Ange ett av alternativen instämmer helt, instämmer delvis, varken eller, instämmer inte helt och instämmer inte alls

Jag upplever att det finns tillräckligt med tid för att utföra mina arbetsuppgifter.

Jag kan själv styra över mina arbetstider.

Jag behöver ofta arbeta på obekväma tider (kvällar, nätter och helger).

Min helhetsupplevelse av gig-arbete är bra.

Jag upplever att ersättningen från gig-arbetet motsvarar arbetsinsatsen.

Jag planerar in fritidsaktiviteter som ger mig energi varje vecka.

Jag har svårt att få tiden att räcka till det jag vill utanför arbetet.

Jag har energi att utföra aktiviteter utanför arbetet.

Jag är nöjd med hur jag fördelar min tid utanför arbetet

Det finns en balans mellan arbete, fritidsaktiviteter och hushållssysslor i mitt liv (hushållssysslor innefattar matlagning, städning av bostad, tvätt och inköp av varor).

Jag upplever att jag har god hälsa.

Tryck på skicka nedan för att avsluta enkäten.

Tack för din medverkan!

QR-kod Bilaga 2

Gig-arbetar du och skulle vilja vara med i en studie om din möjlighet till balans mellan ditt arbete och din fritid?

Studien är en del av ett examensarbete av två studenter på Arbetsterapeutprogrammet vid Hälsohögskolan i Jönköping.

Studien är helt anonym och nås vi QR-koden nedan.

Vid frågor om examensarbete kontakta oss gärna via mejl Olle, ahol18dq@student.ju.se eller Sara, susa18tc@student.ju.se

Informationsbrev Bilaga 3

Hej, roligt att du intresserad av att delta i vår studie!

Syftet med studien är att undersöka hur individer som arbetar inom gig-ekonomin upplever sin möjlighet till aktivitetsbalans eftersom aktivitetsbalans kan främja hälsa.

Vi är två studenter, Sara och Olle som läser sista året på Arbetsterapeutprogrammet vid Hälsohögskolan i Jönköping. Studien är vårt examensarbete på grundnivå.

Enkäten inleds med bakgrundsfrågor och därefter följer påståenden om tidsanvändning för olika aktiviteter, möjligheten att utföra fritidsaktiviteter, andra sysslor och upplevelsen av god hälsa. Enkäten innehåller 22 frågor där du kryssar i det alternativ som stämmer bäst in på dig. Att besvara enkäten tar cirka 10–20 minuter. Dina svar kommer endast att användas för denna studie. Informationen kommer att förvaras på plattformen Esmaker där den ligger krypterad för ökad säkerhet.

Informationen som samlas in kommer att sammanställas och materialet kommer inte kunna härledas tillbaka till en specifik person, alltså helt konfidentiellt. Väljer du att svara lämnar du ditt samtycke till att delta i studien. Resultat av studien kommer att publiceras på en databas via lärosätet när den är färdig och godkänd.

Det är frivilligt att delta och du kan när som helst välja att avbryta din medverkan utan att ge motivering till varför.

Vid funderingar, frågor eller om ni vill ta del av det färdiga arbetet kontakta gärna oss på angivna mejladresser.

Email: Olle Ahlström ahol18dq@student.ju.se eller Sara Sundström susa18tc@student.ju.se
Handledare: Inger Jansson Inger.Jansson@ju.se

Med vänliga hälsningar Olle & Sara

Inlägg på Facebook

Bilaga 4

Du you work as a gig-worker and would like to take part in a study about the experience of your work? The study is part of a degree project at the University of Health Sciences in Jönköping. Participation is completely anonymous.
The questionnaire is in Swedish.
Link below.

Hej!

Gig-arbetar du och skulle vilja vara med i en studie om upplevelsen av ditt arbete?

Vi är två studenter som läser vår sista termin på Arbetsterapeutprogrammet vid Hälsohögskolan i Jönköping. I vårt examensarbete vill vi undersöka möjligheten till balans mellan arbete och fritid och andra sysslor hos personer verksamma i den delen av gig-ekonomin som utgörs av lokalt utförda arbeten tex. matleveranser, budleveranser, Uber-körningar eller annat arbete förmedlat via gig-plattformar.

Om du är intresserad av att delta når du enkäten genom att klicka på länken nedan. Enkäten tar ca 10–15 min att genomföra.

Vid frågor kontakta oss via Facebook eller mejl.

Med vänlig hälsning Olle Ahlström, ahol18dq@student.ju.se och Sara Sundström, susa18tc@student.ju.se

Länk till enkät: https://www.esmaker.net/nx2/s.aspx?id=92f18281d870

(Datainsamlingen för studien avslutas automatiskt vid 75 svarande, datainsamling pågår i flertalet kanaler parallellt)

Admin får ta bort inlägget inlägget om det bryter mot några av gruppens regler.

Kodschema Bilaga 5

Variabler	SPSS Variabel	Kod Instruktion
Identifikationsnummer	ID	Nummer på varje enkät
Din ålder	Ålder	1 = 16 – 28 år 2 = 29–40 år 3 = 41–54 år 4= 55 eller äldre
Jag är	Kön	1 = Man 2 = Kvinna 3 = Annat
Ditt civilstånd	Civilstatus	1 = Ensamstående 2 = Gift/sambo 3 = Särbo
Var är du född	Födelseland	1 = I Sverige 2 = I ett land inom EU 3 = I ett land utanför EU
Vilken är din högsta avslutade utbildning	Utbildning	1 = Grundskolan eller folkskola 2-årigt gymnasium, fack-, yrkes-, flick-, real eller folkhögskola 2 = 3–4 årigt gymnasium 3 = Högskola/universitet 4 = Annat
Hur bor du	Boendeform	1 = Hyresrätt 2 = Bostadsrätt 3 = Hus 4 = Hos föräldrarna 5 = Annat
Finns det barn boende i hushållet	Barn	1 = Ja 2 = Nej
Utgör gig-arbete din primära inkomstkälla	Primära inkomstkälla	1 = Ja 2 = Nej

Ungefär hur många timmar per vecka utför du gig-arbete	Arbetstid per vecka	1 = 0–5 timmar/vecka 2 = 5–10 timmar/vecka 3 = 10–20 timmar/vecka 4 = 20–30 timmar/vecka 5 = 30–40 timmar/vecka 6 = 40 timmar/vecka eller mer
Vad är din ungefärliga gig-inkomst per månad före skatt	Gig-Inkomst före skatt	1 = 0–4999 kr 2 = 5000–9999 kr 3 = 10000–19999 kr 4 = 20 000 kr eller mer
Hur många timmar i snitt lägger du på fritidsaktiviteter under en vecka	Tid på fritidsaktiviteter per vecka	1 = 0–5 timmar/vecka 2 = 5–10 timmar/vecka 3 = 10–20 timmar/vecka 4 = 20–30 timmar/vecka 5 = 30–40 timmar/vecka 6 = Mer än 40 timmar/vecka
Jag upplever att det finns tillräckligt med tid för att utföra mina arbetsuppgifter.	Tillräckligt med tid arbetsuppgifter	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls
Jag kan själv styra över mina arbetstider.	Styra över arbetstider	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls
Jag behöver ofta arbeta på obekväma tider (kvällar, nätter och helger).	Obekväma arbetstider	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls
Min helhetsupplevelse av gig-arbete är bra.	Upplevelse av gig-arbete	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls
Jag upplever att ersättningen från gig-arbetet motsvarar arbetsinsatsen.	Motsvarar arbetsinsatsen	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls

Jag planerar in fritidsaktiviteter som ger mig energi varje vecka.	Fritidsaktiviteter som ger energi	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls
Jag har svårt att få tiden att räcka till det jag vill utanför arbetet.	Tidstillräcklighet utanför arbetet	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls
Jag har energi att utföra aktiviteter utanför arbetet.	Energi utanför arbetet	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls
Jag är nöjd med hur jag fördelar min tid utanför arbetet	Tillfredställelse med tid utan för arbetet	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls
Det finns en balans mellan arbete, fritidsaktiviteter och hushållssysslor i mitt liv	Balans i vardagen	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls
Jag upplever att jag har god hälsa.	Hälsa	1 = Instämmer helt 2 = Instämmer delvis 3 = Varken eller 4 = Instämmer inte helt 5 = Instämmer inte alls