

# Arbetsmiljö och suicidalt beteende

Arbetsmiljö och suicidalt beteende  
Kunskapssammanställning 2021:5  
ISBN 978-91-986882-2-1  
Publicerad år 2021

---

Myndigheten för arbetsmiljökunskap  
Box 6051, 800 06 Gävle  
Telefon: 026-14 84 00, E-post: [info@mynak.se](mailto:info@mynak.se)  
[www.mynak.se](http://www.mynak.se)

# Arbetsmiljö och suicidalt beteende

# Förord

Psykisk hälsa är ett prioriterat område inom folkhälsopolitiken, både i Sverige och internationellt. Arbetsrelaterad suicid ingår i den breddade nollvision om att ingen ska dö till följd av arbete, och regeringen framhåller i arbetsmiljöstrategin för 2021–2025 att kunskapen om arbetsrelaterad suicid i Sverige behöver öka.

En nationell strategi är ett viktigt medel för att skapa bättre förutsättningar för samordning och statlig styrning, samt öka kvaliteten i de insatser som genomförs. Myndigheten för arbetsmiljökunskap har i uppdrag av regeringen att inkomma med underlag inför arbetet med den nationella strategin inom området psykisk hälsa och suicidprevention. Uppdraget genomförs tillsammans med Socialstyrelsen, Folkhälsomyndigheten och ett flertal andra myndigheter.

Den kunskapssammanställning som presenteras här utgör en del av det underlag som Myndigheten för arbetsmiljökunskap har tagit fram åt Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen och ingår i arbetet med redovisningen av regeringsuppdraget. Kunskapssammanställningen har fokus på suicidalt beteende och arbetsmiljö och den bygger på en litteraturgenomgång av litteraturöversikter och originalartiklar inom området med syftet att beskriva och analysera arbetsmiljörelaterade riskfaktorer och skyddsfaktorer för suicidalt beteende, som i denna analys inkluderar självmord och självmordsförsök. Syftet är vidare att identifiera vilka områden som är prioriterade och var det finns utvecklingsområden. Intentionen var ursprungligen att kunskapssammanställningen skulle vara ett arbetsmaterial för internt bruk inom myndigheten och för dialogen med övriga myndigheter inom arbetet med strategin. Men då innehållet bedöms vara intressant och relevant även för andra tillgängliggör vi den här som fristående publikation.

Kunskapssammanställningen har genomförts av Docent Linda Magnusson Hanson, Stockholms universitet, under processledning av Thomas Nessen, Myndigheten för arbetsmiljökunskap. Jag riktar ett stort tack till alla involverade i arbetet!

Gävle 11 november 2021



Nader Ahmadi,  
*Generaldirektör*

# Sammanfattning

Tillsammans med Socialstyrelsen, Folkhälsomyndigheten och ett flertal andra myndigheter har Myndigheten för arbetsmiljökunskap fått i uppdrag av regeringen att inkomma med underlag inför arbetet med den nationella strategin inom området psykisk hälsa och suicidprevention. Som ett av flera underlag för Myndigheten för arbetsmiljökunskaps individuella analys av nuläget inom det egna verksamhetsfältet har myndigheten utfört en kunskapssammanställning av befintlig kunskap kring sambandet mellan arbetsmiljö och självmordsbeteende. Kunskapssammanställningen, som bygger på en litteraturgenomgång av litteraturöversikter och originalartiklar inom området, beskriver och analyserar arbetsmiljörelaterade riskfaktorer och skyddsfaktorer för suicidalt beteende som i denna analys inkluderar självmord och självmordsförsök. Nedan presenteras i korthet de huvudsakliga slutsatserna i kunskapssammanställningen.

## **Risk- eller skyddsfaktorer för suicidalt beteende**

Vad gäller möjliga riskfaktorer, fann analysen ett tydligt samband mellan förlust av jobbet/arbetslöshet eller ofrivillig pensionering och självmord. Förlust av jobbet/arbetslöshet eller ofrivillig pensionering verkade också vara förenat med en högre risk för självmordsförsök. Förlust av jobbet eller ofrivillig pensionering framgår därmed som en riskfaktor för suicidalt beteende. Litteraturen tydde också på ett möjligt samband mellan tillfälliga anställningar, spänt arbete, psykologiska krav i arbetet och anställningsotrygghet och självmord, men litteraturen kring dessa faktorer var i flera fall begränsad, baserad på små studier eller gav till viss del motstridiga resultat vilket bidrog till en relativt stor osäkerhet i skattningen av riskfaktorer. Inget tydligt samband kunde observeras i litteraturen mellan möjliga riskfaktorer som långa arbetstider, egenföretagande, psykologiska krav och självmord.

Vad gäller möjliga skyddsfaktorer visade analysen å andra sidan både på ett samband mellan låg kontroll i arbetet och lågt socialt stöd på arbetet och självmord trots få studier inom dessa områden. Kontroll och socialt stöd framgår därmed som skyddsfaktorer för självmord i underlaget.

## **Begränsad kunskap om riskgrupper**

Kunskapssammanställningen undersökte också den befintliga kunskapen om sambandet mellan arbetsmiljö och suicidalt beteende för olika grupper på arbetsmarknaden. Detta har dock studerats i väldigt låg grad i litteraturen.

### **Prioriterade kunskapsluckor**

Kunskapssammanställningen pekar på en rad prioriterade områden inom arbetsmiljö och suicidalt beteende. Det finns både kunskapsluckor om arbetsmiljöfaktorer och olika grupper på arbetsmarknaden men också kunskapsluckor av metodologisk art. Det finns behov av mer kunskap om risk- och skyddsfaktorer för självmordsförsök. Fler studier av hög kvalitet skulle också behövas om potentiella riskfaktorer såsom arbetstider, prekära/osäkra anställningar, spänt arbete/krav, anställningsotrygghet, och fysiska arbetsmiljöfaktorer för att kunna dra några slutsatser om de är riskfaktorer för självmord. Vidare saknas det kunskap om möjliga organisatoriska riskfaktorer såsom ledarskap, organisatoriska förändringar och skiftarbete. Vad gäller psykosociala arbetsmiljörisiker saknas kunskap om möjliga riskfaktorer såsom kognitiva och emotionella krav, ansträngning i förhållande till belöning, orättvisa/rättvisa, konflikter, utsatthet för våld eller hot om våld, och kränkande särbehandling. Mycket mer forskning behövs också för att förstå om arbetsmiljörelaterade risker för suicidalt beteende skiljer sig åt beroende på till exempel kön eller yrke. Slutligen finns ett behov av interventionsforskning för kunskap om primära interventioner gällande riskfaktorer eller skydds och friskfaktorer på arbetsplatsen.

# Innehållsförteckning

<b>Sammanfattning</b> .....	<b>5</b>
<b>1 Inledning</b> .....	<b>8</b>
1.1 Syfte och frågeställningar .....	8
1.2 Kunskapssammanställningens genomförande .....	8
1.3 Disposition.....	10
<b>2 Centrala begrepp</b> .....	<b>11</b>
2.1 Suicidalt beteende.....	11
2.2 Risk- och skyddsfaktorer .....	12
2.3 Organisatoriska och psykosociala arbetsmiljöfaktorer.....	12
<b>3 Arbetsmiljörelaterade riskfaktorer</b> .....	<b>13</b>
3.1 Organisatoriska arbetsmiljöfaktorer som skapar risker .....	13
3.1.1 Arbetstid .....	13
3.1.2 Prekära och atypiska/osäkra anställningar .....	14
3.1.3 Andra organisatoriska arbetsmiljöfaktorer .....	15
3.2 Psykosociala arbetsmiljöfaktorer som skapar risker .....	15
3.2.1 Spänt arbete.....	15
3.2.2 Psykologiska krav .....	16
3.2.3 Anställningsotrygghet .....	17
3.2.4 Andra former av krav .....	17
3.2.5 Hot, våld, och kränkande särbehandling .....	19
3.3 Fysiska arbetsmiljörisiker .....	19
3.3.1 Kemiska eller biologiska arbetsmiljöfaktorer .....	19
3.3.2 Andra fysiska arbetsmiljöfaktorer .....	20
<b>4 Arbetsmiljörelaterade skyddsfaktorer</b> .....	<b>21</b>
4.1 Psykosociala faktorer .....	21
4.1.1 Kontroll i arbetet .....	21
4.1.2 Socialt stöd .....	22
4.1.3 Andra psykosociala faktorer .....	22
<b>5 Riskgrupper för självmord eller självmordsförsök i samband med arbete</b> .....	<b>23</b>
5.1 Kvinnor och män.....	23
5.2 Yrken och sektorer .....	24
<b>6 Beskrivna behov av prioriterade områden och utveckling</b> .....	<b>25</b>
6.1 Ytterligare kunskap om arbetsmiljöfaktorer och psykisk hälsa .....	25
6.1.1 Kunskapsluckor om suicidalt beteende .....	25
6.1.2 Kunskapsluckor om arbetsmiljöfaktorer och teman .....	25
6.1.3 Kunskapsluckor kring specifika grupper .....	26
6.1.4 Metodologiska kunskapsluckor.....	26
6.2 Ytterligare kunskap om insatser.....	28
<b>7 Appendix</b> .....	<b>29</b>

# 1 Inledning

Tillsammans med Socialstyrelsen, Folkhälsomyndigheten och ett flertal andra myndigheter har Myndigheten för arbetsmiljökunskap fått i uppdrag av regeringen att inkomma med underlag inför arbetet med den nationella strategin inom området psykisk hälsa och suicidprevention.<sup>1</sup> Alla deltagande myndigheter genomför individuella analyser avseende psykisk hälsa och suicidprevention som utgår från respektive myndighetsuppdrag. Analyserna ska fungera som arbetsdokument och kommer sammanställas i den kommande nationella strategin.

Som ett av flera underlag för Myndigheten för arbetsmiljökunskaps individuella analys av nuläget inom det egna verksamhetsfältet har myndigheten utfört en kunskapssammanställning av befintlig kunskap kring sambandet mellan arbetsmiljö och suicidalt beteende.

## 1.1 Syfte och frågeställningar

Syftet med kunskapssammanställningen är att baserat på utvalt material inom området arbetsmiljö och suicidalt beteende beskriva och analysera arbetsmiljörelaterade riskfaktorer och skyddsfaktorer för suicidalt beteende kopplat till arbetssituationen och arbetsplatsen. Syftet är vidare att identifiera prioriterade områden och utvecklingsområden, vilka riskgrupper som tas upp i materialet och vilka speciella situationer de utsätts för. Där så är möjligt är syftet också att beskriva hur god, jämlik och jämställd hälsa (jämställdhetsperspektivet) tas upp i litteraturen.

## 1.2 Kunskapssammanställningens genomförande

Kunskapssammanställningen bygger på en litteraturgenomgång av litteraturöversikter och originalartiklar inom området. Litteraturgenomgången baserades på en sökning av översiktsartiklar och originalartiklar publicerade på engelska eller svenska under åren 1995–2021 i ett antal databaser med publikationer inom områden såsom medicin, psykologi, folkhälsovetenskap, och sociologi (Web of Science inklusive Medline, Scopus, Psycinfo, SocIndex och Business Source Complete och Arblin). Litteratursökningen genomfördes i samarbete med bibliotekarier vid Lunds universitet under juni 2021. En kombination av söktermer för arbete/organisation, suicidalt beteende, och studiedesign användes för att

---

1 S2018/04669/FS (delvis), S2018/06126/FS (delvis), S2020/06171/FS (delvis).



identifiera studier med en viss studiedesign, mått på suicidala beteenden och en bredd av arbetsmiljöfaktorer (se mer nedan). Denna litteratursökning resulterade i 6225 träffar efter att uppenbara dubletter uteslutits. Utifrån sökningen gjordes ett urval av originalartiklar som uppfyllde följande kriterier:

1. Studerade individer i arbetsför ålder (15–74 år).
2. Rapporterade resultat om samband mellan minst en arbetsmiljörelaterad risk- eller skyddsfaktor (exponering) och suicidalt beteende (utfall).
3. Som använt en lämplig jämförelsegrupp (till exempel jämfört en grupp av exponerade mot oexponerade, eller fall mot kontroller eller generella befolkningen).
4. Studerat självmord eller självmordsförsök som utfall.

Fallrapporter och kvalitativa studier utan lämplig jämförelsegrupp uteslöts således. Därutöver uteslöts tvärsnittsstudier då det utifrån tvärsnittsstudier är svårt att säga något om tids- och orsakssamband mellan en arbetsmiljöfaktor och ohälsa, vilket gör det svårt att dra slutsatser om orsak och verkan. Endast randomiserade kontrollerade studier, kohortstudier, fall-kontrollstudier eller retrospektiva mortalitetsstudier inkluderas således, som anses ha hög eller relativt hög kvalitet. Motsvarande kriterier användes för urval av litteraturöversikter. Endast ett fåtal översiktsstudier om arbetsmiljörelaterade riskfaktorer och skyddsfaktorer innehöll relevant information utifrån ovanstående kriterier.<sup>2,3</sup> Originalstudier som ingått i dessa översiktsartiklar, som uppfyllde dessa kriterier, inkluderas också bland urvalet av originalartiklar. Totalt bedömdes slutligen 35 originalartiklar uppfylla ovanstående kriterier. De flesta av dessa artiklar hade studerat självmord och med ursprung från höginkomstländer från Europa (Sverige, Norge, Danmark, Finland, Tyskland, Frankrike, Storbritannien, Italien, Belgien, Österrike), Nordamerika (USA, Kanada), Asien (Kina, Japan, Korea) och Oceanien (Australien, Nya Zeeland).

Information från dessa studier sammanställdes därefter i tabeller och olika potentiella risk- eller skyddsfaktorer grupperades beroende på antalet studier om olika risk- eller skyddsfaktorer. För att underlätta tolkningen av resultaten genomfördes även meta-analyser av studier som undersökt liknande arbetsmiljöfaktorer, som skattar en sammanvägd effektstorlek. Dessa meta-analyser kombinerade riskestimater från olika studier, trots att olika studier använt sig av olika mått och olika design, för att öka precisionen i skattningen av risk och minska risken för att missa ett samband på grund av låg precision i enskilda studier. Resultaten från meta-analyserna presenteras i form av relativ risk som beskriver risken att utveckla sjukdom/ohälsa i en exponerad grupp i förhållande till en oexponerad grupp. Även om till exempel oddskvoter och hazard rates inte

---

2 Milner, A., et al. (2018). "Psychosocial job stressors and suicidality: a meta-analysis and systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 75(4): 245-253.

3 Leach, L. S., et al. (2017). "Workplace bullying and the association with suicidal ideation/thoughts and behaviour: a systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 74(1): 72-79.

är mått på risk, antas de vara skattningar av relativ risk när utfallet som studeras är ovanligt i befolkningen som i detta fall. I de fall det rapporterats flera riskestimat i originalstudierna valdes det riskestimat som var från en modell som kontrollerat för ett flertal potentiella confounders (förväxlingsfaktorer/störfaktorer – andra faktorer som kan ligga bakom samband), för att minska risken för felaktiga slutsatser om aktuellt samband. Kunskapssammanställningen genomfördes därmed med en systematisk ansats men någon kvalitetsskattning av studierna, som är brukligt i en systematisk översikt, gjordes dock inte. Både litteraturoversikter och originalartiklar användes vidare för att identifiera utvecklingsområden och potentiella risk riskgrupper.

### 1.3 Disposition

Kunskapssammanställningen är disponerad på följande sätt:

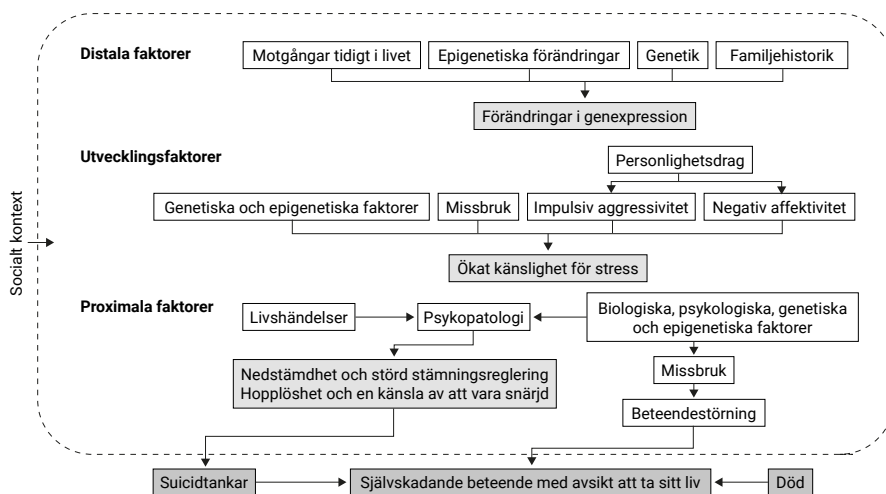
- Kapitel 2 redogör för de mest centrala begreppen som behandlas i kunskapssammanställningen.
- Kapitel 3 beskriver de riskfaktorer för suicidalt beteende som beskrivs i de analyserade rapporterna.
- Kapitel 4 beskriver de skyddsfaktorer för suicidalt beteende som beskrivs i rapporterna.
- Kapitel 5 handlar om vad rapporterna säger om skillnader mellan grupper och riskgrupper för suicidalt beteende.
- Kapitel 6 beskriver prioriterade områden och utvecklingsområden inom arbetsmiljö och suicidalt beteende utifrån existerande litteratur.

## 2 Centrala begrepp

I detta avsnitt definieras de mest centrala begreppen i kunskaps-sammanställningen: suicidala beteenden, risk- och skyddsfaktorer samt olika organisatoriska och psykosociala arbetsmiljöfaktorer.

### 2.1 Suicidalt beteende

Med suicidalt beteende menas vanligen ett beteende som kan sluta i död, och brukar innefatta självmord och självmordsförsök. Med självmord menas en medveten handling att ta sitt eget liv, medan självmordsförsök är ett icke-fatalt självskadande beteende med avsikt att ta sitt liv.<sup>4</sup> Suicid-tankar, d.v.s. tankar om att avsluta sitt liv eller planer på att ta sitt liv, betraktas ibland också som suicidalt beteende. I denna rapport har vi däremot fokuserat på självmord och självmordsförsök, men kan inkludera litteratur som även undersökt självskadande beteende utan klar avsikt eftersom avsikten att ta sitt liv kan vara svår att bestämma. Suicidalt beteende är starkt kopplat till psykiska sjukdomar, men ett komplext samspel av faktorer tros kunna ligga bakom suicidalt beteende. Se mer Figur 1.



**Figur 1.** En förenklad version av Figur 4 "The biopsychosocial model of suicide" publicerad i en översiktartikel av Turecki et al. 2019.<sup>5</sup>

4 Turecki G, Brent DA, Gunnell D, O'Connor RC, Oquendo MA, Pirkis J, Stanley BH. Suicide and suicide risk. Nat Rev Dis Primers. 2019 Oct 24;5(1):74.

5 Turecki G, Brent DA, Gunnell D, O'Connor RC, Oquendo MA, Pirkis J, Stanley BH. Suicide and suicide risk. Nat Rev Dis Primers. 2019 Oct 24;5(1):74.

## 2.2 Risk- och skyddsfaktorer

En riskfaktor ökar risken för, är förenat med en ökad sannolikhet för eller känslighet för en viss sjukdom eller tillstånd<sup>6</sup> och kan bidra till uppkomst eller vidmakthållande av ohälsa eller sjukdom.<sup>7</sup>

En skyddsfaktor eller vad som också ibland kan kallas friskfaktor minskar å andra sidan risken, är förenat med en minskad sannolikhet, för en viss sjukdom eller tillstånd. En skyddsfaktor kan också minska allvarlighetsgraden av ett tillstånd eller mildra effekterna av riskfaktorer. En avsaknad av skyddsfaktorer kan också öka risken för ohälsa och sjukdom.<sup>8</sup> Vissa faktorer kan därmed betraktas både som riskfaktorer och skyddsfaktorer.

## 2.3 Organisatoriska och psykosociala arbetsmiljöfaktorer

Arbetsmiljö inbegriper organisatoriska, psykosociala och fysiska aspekter.

Organisatoriska arbetsmiljöfaktorer kan anses omfatta villkor och förutsättningar som på ett övergripande plan styr och reglerar anställdas möjligheter att utföra sitt arbete såsom ledarskap och organisatoriska styr- och ledningssystem, bemanningsrelaterade aspekter som anställningsform (exempelvis tillfälliga anställningar), olika aspekter på arbetstider (exempelvis deltidanställningar, förläggning av arbetstider och distansarbete) samt organisationsförändringar.<sup>9</sup>

Den psykosociala arbetsmiljön kan innefatta olika former av krav och resurser. Enligt olika modeller som särskiljer krav från resurser i arbetet antas höga krav generellt vara förenade med minskade möjligheter till ett väl genomfört arbete, med risk för sämre hälsa och lägre välbefinnande, medan resurser generellt antas vara förenade med ökade möjligheter till ett väl utfört arbete samt med chans till bättre hälsa och välbefinnande.<sup>10</sup>

Fysisk arbetsmiljö kan omfatta faktorer som fysiskt krävande arbete, kontakt med kemiska och biologiska ämnen liksom smittoämnen, fysikaliska faktorer såsom strålning, och buller eller vibrationer.

---

6 Merriam-Webster. (n.d.). Risk factor. In Merriam-Webster.com dictionary. Retrieved August 12, 2021, from <https://www.merriam-webster.com/dictionary/risk%20factor>.

7 Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2020). Psykosocial arbetsmiljö – hälsa och välbefinnande. Kunskapssammanställning. 2020:5.

8 Myndigheten för arbetsmiljökunskap (2020). Psykosocial arbetsmiljö – hälsa och välbefinnande. Kunskapssammanställning. 2020:5.

9 Arbetsmiljöverket (2016) Kvinnors och mäns arbetsvillkor – betydelsen av organisatoriska faktorer och psykosocial arbetsmiljö för arbets- och hälsorelaterade utfall.

10 Arbetsmiljöverket (2016) Kvinnors och mäns arbetsvillkor – betydelsen av organisatoriska faktorer och psykosocial arbetsmiljö för arbets- och hälsorelaterade utfall.

# 3 Arbetsmiljörelaterade riskfaktorer

Kunskapssammanställningen ger sammantaget en beskrivning av samband mellan olika riskfaktorer i arbetsmiljön och suicidalt beteende. Sammanställningen begränsar sig till de faktorer som förekommer i litteraturgenomgången och som kan möjliggöra slutsatser om samband.

## 3.1 Organisatoriska arbetsmiljöfaktorer som skapar risker

I detta avsnitt sammanfattar vi hur organisatoriska arbetsmiljöfaktorer hänger samman med självmord eller självmordsförsök.

### 3.1.1 Arbetstid

Arbetstid handlar om när arbetet sker, om tiderna är regelbundna samt om arbetets omfattning.<sup>11</sup> Skiftarbete och långa arbetstider är olika former av arbetstid som vanligen studeras i förhållande till hälsa/välbefinnande. Skiftarbete definieras som att två eller flera arbetslag avlöser varandra på en bestämd tid varje arbetsdygn. Skiftarbete kan innebära byten mellan olika skift som ligger på olika tider av dygnet, till exempel morgon, kväll, natt eller helg. Nattarbete definieras enligt arbetstidslagen som att minst tre timmars arbete utförs inom tidsintervallet kl. 22–06. Långa arbetstider betraktas vanligen som arbetstider över en viss gräns under en veckas tid. Det kan handla om en arbetsvecka på mer än till exempel 40, 48 eller 60 timmar.<sup>12</sup> Över 40 timmar per vecka torde överstiga en normal arbetsvecka, medan en arbetsvecka på över 48 timmar indikerar en arbetstid som är längre än vad som är tillåtet enligt arbetstidslagen.

Ingen av de två översiktsartiklarna i litteraturgenomgången hade undersökt arbetstider. I litteratursökningen identifierades emellertid 5 originalstudier om arbetstid och självmord, men ingen om självmordsförsök. En av studierna undersökte skiftarbete, nattarbete och övertidsarbete tillsammans med ”task work” och löpandebandsarbete och fann ett samband med självmord.<sup>13</sup> De övriga 4 studierna undersökte långa

11 Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (2014). Arbetsmiljöns betydelse för symtom på depression och utmattningssyndrom

12 Arbetsmiljöverket (2016) Kvinnors och mäns arbetsvillkor – betydelsen av organisatoriska faktorer och psykosocial arbetsmiljö för arbets- och hälsorelaterade utfall

13 Baumert, J., et al. (2014). "Adverse conditions at the workplace are associated with increased suicide risk." *Journal of Psychiatric Research* 57: 90-95.

arbetstider. Indelningen av arbetstider skilde sig dock till stor del mellan studierna. Två av studierna, från samma population, som studerade arbetstider på över 45 timmar per vecka visade ingen ökad risk för självmord varken bland män eller kvinnor.<sup>14,15</sup> En av studierna som undersökt arbetstider på 45-52 timmar per vecka samt på mer än 52 timmar per vecka visade däremot en ökad risk för självmord för både arbetstider på 45-52 timmar per vecka samt på mer än 52 timmar per vecka.<sup>16</sup> Därutöver indikerade resultaten från en av studierna som undersökt arbetstider på 55 timmar eller mer bland män som arbetat inom jordbruk, fiske, skogsbruk och jakt en ökad risk för självmord.<sup>17</sup> En meta-analys för långa arbetstider visade ett sammanvägt riskestimater som låg strax över 1 (Figur 2, se Appendix), vilket skulle kunna tyda på en viss förhöjd risk för självmord för individer med arbetstider på över 45 timmar i veckan. Analysen tyder emellertid inte på ett statistiskt signifikant samband.

Sammantaget visar litteraturen ett möjligt samband mellan långa arbetstider och självmord, men hittills finns ett begränsat vetenskapligt underlag för att dra slutsatser om samband med självmord. Det saknas också litteratur om självmordsförsök.

### 3.1.2 Prekära och atypiska/osäkra anställningar

Prekärt arbete kan beskrivas som atypiskt eller tillfälligt arbete, som kan vara irreguljärt, lågavlönat, osäkert, oskyddat arbete som inte kan försörja ett hushåll.<sup>18</sup> Deltidsarbete, egenföretagande, visstidsanställning, tillfälligt arbete, jourtjänstgöring, och distansarbete är olika former av prekärt arbete.

Tillfällig anställning är en form av prekär anställning som återkommande studerats inom litteraturen, men är en bred kategori som innefattar all form av visstidsanställning. Det finns många olika typer av tillfälliga anställningsformer såsom säsongsarbete, vikariat och frilansande experter, men gemensamt för tillfälliga anställningar är att de gäller en viss begränsad tid.<sup>19</sup>

Ingen av de tidigare översiktsstudierna om suicidalt beteende hade undersökt tillfällig anställning. I litteratursökningen identifierades emellertid 3 studier om tillfällig anställning och självmord, men ingen om självmordsförsök. I en av studierna sågs inget samband mellan tidsbegränsad anställning, säsongsarbete, tillfälligt arbete och självmord för varken män eller kvinnor, medan män med vikariat hade en förhöjd risk för självmord.<sup>20</sup>

14 Guseva Canu, I., et al. (2021). "Identification of socio-demographic, occupational, and societal factors for guiding suicide prevention: A cohort study of Swiss male workers (2000-2014)." *Suicide and Life-Threatening Behavior*.

15 Wild, P., et al. (2021). "Part-time work and other occupational risk factors for suicide among working women in the Swiss National Cohort." *International Archives of Occupational and Environmental Health*.

16 Lee, H.-E., et al. (2020). "Association of long working hours with accidents and suicide mortality in Korea." *Scandinavian Journal of Work Environment & Health* 46(5): 480-487.

17 Alicandro, G., et al. (2021). "Mortality from suicide among agricultural, fishery, forestry and hunting workers in Italy and the contribution of work-related factors." *Occupational and Environmental Medicine* 78(2): 117-124.

18 Fudge, Judy; Owens, Rosemary (2006). Fudge, Judy; Owens, Rosemary (eds.). *Precarious work, women and the new economy: the challenge to legal norms*. Onati International Series in Law and Society. Oxford: Hart Publishing. pp. 3-28.

19 Arbetsmiljöverket (2016) Kvinnors och mäns arbetsvillkor – betydelsen av organisatoriska faktorer och psykosocial arbetsmiljö för arbets- och hälsorelaterade utfall.

20 Balogh, R., et al. (2021). "Non-standard employment and mortality in Belgian workers: A census-based investigation." *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health* 47(2): 108-116.

Tillfällig anställning var inte heller förenat med högre risk i en av studierna,<sup>21</sup> medan en av studierna tydde på en ökad risk för självmord bland män med tidsbegränsad eller tillfällig anställning inom jordbruk, fiske, skogsbruk och jakt.<sup>22</sup> En sammanvägning av alla riskestimater som presenterats i studierna, visade på en tendens till ökad risk för självmord (Figur 3, se Appendix), men det fanns inget statistiskt signifikant samband.

Litteratursökningen identifierade även 3 studier om egenföretagande och självmord. Inget tydligt samband mellan egenföretagande och självmord kunde konstateras i två av studierna.<sup>23,24</sup> En av studierna tydde emellertid på en ökad risk för självmord bland egenföretagande män inom jordbruk, fiske, skogsbruk och jakt.<sup>25</sup>

En meta-analys visade ett sammanvägt riskestimat som låg nära 1 (Figur 4, se Appendix) och tydde därmed inte på någon förhöjd risk för självmord.

Sammantaget fann vi inget tydligt samband mellan prekära anställningar och självmord i existerande litteratur. Denna litteratur har emellertid studerat delvis olika typer av tillfälliga anställningar och visar delvis motstridiga resultat. Det finns också ett begränsat vetenskapligt underlag vilket gör det svårt att dra någon slutsats om samband mellan tillfällig anställning och självmord. Det saknas också litteratur om självmordsförsök.

### **3.1.3 Andra organisatoriska arbetsmiljöfaktorer**

Inga studier om till exempel organisatoriska förändringar, ledarskap eller andra organisatoriska förhållanden kunde identifieras i litteraturlöslagen.

## **3.2 Psykosociala arbetsmiljöfaktorer som skapar risker**

### **3.2.1 Spänt arbete**

Enligt den så kallade krav-kontrollmodellen kan krav och kontroll kombineras på olika sätt.<sup>26</sup> En arbetssituation som karakteriseras av höga krav men samtidigt små kontrollmöjligheter brukar benämnas spänt arbete.

---

21 Schneider, B., et al. (2011). "Impact of employment status and work-related factors on risk of completed suicide. A case-control psychological autopsy study." *Psychiatry Res* 190(2-3): 265-270.

22 Alicandro, G., et al. (2021). "Mortality from suicide among agricultural, fishery, forestry and hunting workers in Italy and the contribution of work-related factors." *Occupational and Environmental Medicine* 78(2): 117-124.

23 Schneider, B., et al. (2011). "Impact of employment status and work-related factors on risk of completed suicide. A case-control psychological autopsy study." *Psychiatry Res* 190(2-3): 265-270.

24 Toivanen, S., et al. (2016). "Mortality differences between self-employed and paid employees: a 5-year follow-up study of the working population in Sweden." *Occupational and Environmental Medicine* 73(9): 627-636.

25 Alicandro, G., et al. (2021). "Mortality from suicide among agricultural, fishery, forestry and hunting workers in Italy and the contribution of work-related factors." *Occupational and Environmental Medicine* 78(2): 117-124.

26 Karasek R, Theorell T (1990) *Healthy work: Stress, productivity, and the Reconstruction of working life*. New York: Basic books.

Spänt arbete har analyserats i en av de tidigare litteraturöversikterna publicerad 2018.<sup>27</sup> Endast 1 studie av högre kvalitet som hade studerat spänt arbete och självmord identifierades i den litteraturöversikten.<sup>28</sup> Föreliggande litteraturgenomgång identifierade ytterligare 1 originalstudie.<sup>29</sup> Resultaten från dessa två studier är emellertid motstridiga. Medan en av studierna inte visar på något samband, så tyder den andra studien på ett samband mellan spänt arbete och både bland män och kvinnor. En sammanvägning av alla riskestimat som presenterats i studierna, visade en tendens till ökad risk för självmord (Figur 5, se Appendix), men det fanns inget statistiskt signifikant samband. Det saknas också litteratur om självmordsförsök.

### 3.2.2 Psykologiska krav

Psykologiska krav i arbetet kan handla om den psykologiska belastningen i arbetet och kan omfatta bland annat tidspress men också avse hur intensivt en person förväntas arbeta. Psykologiska krav kan även inkludera aspekter som relaterar till grad av komplexitet eller svårighet i arbetet.<sup>30</sup>

Psykologiska krav analyserades i den tidigare översiktsartikeln av Milner et al. 2018 baserat på 4 studier.<sup>31, 32, 33, 34, 35</sup> Sammantaget visade analysen inte på något samband mellan höga psykologiska krav och självmord. En nyare studie identifierades i vår litteraturgenomgång som inte heller visade ett tydligt samband mellan psykologiska krav och självmord.<sup>36</sup> Endast 1 av studierna hade studerat självmordsförsök.<sup>37</sup> Inget samband mellan psykologiska krav och självmordsförsök kunde konstateras i den studien, och resultaten tyder inte på någon ökad risk vid en sammanvägning av originalstudierna (Figur 6, se Appendix).

Litteraturen hittills tyder alltså inte på något tydligt samband mellan psykologiska krav och självmord. Det saknas också litteratur om självmordsförsök.

---

27 Milner, A., et al. (2018). "Psychosocial job stressors and suicidality: a meta-analysis and systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 75(4): 245-253.

28 Baumert, J., et al. (2014). "Adverse conditions at the workplace are associated with increased suicide risk." *Journal of Psychiatric Research* 57: 90-95.

29 Niedhammer, I., et al. (2020). "Psychosocial work exposures of the job strain model and suicide in france: Findings from the STRESSJEM prospective study of 15 million men and women over 26 years of follow-up." *Psychotherapy and Psychosomatics* 89(6): 398-401.

30 Karasek R, Theorell T (1990) *Healthy work: Stress, productivity, and the Reconstruction of working life*. New York: Basic books.

31 Milner, A., et al. (2018). "Psychosocial job stressors and suicidality: a meta-analysis and systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 75(4): 245-253.

32 Milner, A., et al. (2017). "Low control and high demands at work as risk factors for suicide: An Australian national population-level case-control study." *Psychosomatic Medicine* 79(3): 358-364.

33 Ostry, A., et al. (2007). "The impact of psychosocial work conditions on attempted and completed suicide among western Canadian sawmill workers." *Scandinavian Journal of Public Health* 35(3): 265-271.

34 Tsutsumi, A., et al. (2007). "Low control at work and the risk of suicide in Japanese men: A prospective cohort study." *Psychotherapy and Psychosomatics* 76(3): 177-185.

35 Schneider, B., et al. (2011). "Impact of employment status and work-related factors on risk of completed suicide. A case-control psychological autopsy study." *Psychiatry Res* 190(2-3): 265-270.

36 Niedhammer, I., et al. (2020). "Psychosocial work exposures of the job strain model and suicide in france: Findings from the STRESSJEM prospective study of 15 million men and women over 26 years of follow-up." *Psychotherapy and Psychosomatics* 89(6): 398-401.

37 Ostry, A., et al. (2007). "The impact of psychosocial work conditions on attempted and completed suicide among western Canadian sawmill workers." *Scandinavian Journal of Public Health* 35(3): 265-271.



### 3.2.3 Anställningsotrygghet

Anställningsotrygghet definieras vanligen som en subjektiv upplevelse av risk eller oro för att förlora arbete,<sup>38</sup> men kan också handla om oro för att förlora viktiga aspekter av sitt arbete.

Vi fann endast ett fåtal mindre originalstudier om anställningsotrygghet. Den ena som visade på ett samband med självmord studerade arbetsrelaterad stress i form av avsked från arbetet, uppsägning från arbetet, byte av jobb, risk att förlora jobbet eller degraderas, lönesänkning/lönefrysning, eller konflikter med chefer eller kollegor.<sup>39</sup> Enligt författarna förklarades sambandet troligen av risk att förlora jobbet eller degraderas. Den andra studien fokuserade på oro kring den framtida karriären, vilket var kopplat till en högre risk för självmord.<sup>40</sup> Ingen studie identifierades som undersökt självmordsförsök. Ett sammanvägt riskestimat tyder på att anställningsotrygghet är förenat med en ökad risk för självmord (Figur 7, se Appendix), men konfidensintervallet tyder på en stor osäkerhet i skattningen av risk. Sambandet var därmed inte statistiskt signifikant.

Existerande studier tyder på att anställningsotrygghet är en trolig riskfaktor för självmord, men litteraturen om anställningstrygghet är hittills begränsad vilket gör det svårt att dra någon slutsats om samband mellan anställningsotrygghet och självmord. Det saknas också litteratur om självmordsförsök.

### 3.2.4 Andra former av krav

Emotionella krav brukar handla om att arbetstagare behöver anpassa och hantera sina känslor och hur de uttrycks i olika arbetssituationer. Det kan exempelvis handla om att behöva hålla tillbaka egna känslor eller ge uttryck för vissa känslor och hålla tillbaka andra.<sup>41</sup> Emotionella krav är således vanligt bland personal i serviceindustri såsom vårdpersonal, lärare och andra som på olika sätt hanterar klienter/patienter eller kunder.

Föreliggande litteraturgenomgång identifierade endast 1 artikel som studerat emotionella krav i form av psykisk belastning från kontakt med klienter.<sup>42</sup> Denna studie fann ett samband mellan psykisk belastning och självmord.

Andra vanligen studerade faktorer är obalans mellan ansträngning och belöning som anses uppkomma när en individ upplever att den ansträngning som lagts ned utifrån krav eller skyldigheter i arbetet överstiger den belöning som fås i form av till exempel feedback, lön, karriärmöjligheter.<sup>43</sup>

38 De Witte, H., Job insecurity and psychological well-being: Review of the literature and exploration of some unresolved issues. . European Journal of Work and Organizational Psychology, 1999. 8: p. 155-177.

39 Law, Y. W., et al. (2014). "The chronic impact of work on suicides and under-utilization of psychiatric and psychosocial services." J Affect Disord 168: 254-261.

40 Jonghan, S., et al. (2012). "Characteristics of Korean suicide: a case-control psychological autopsy study." Korean Journal of Psychology: General 31(2): 323-344.

41 Arbetsmiljöverket (2016) Kvinnors och mäns arbetsvillkor – betydelsen av organisatoriska faktorer och psykosocial arbetsmiljö för arbets- och hälsorelaterade utfall.

42 Schneider, B., et al. (2011). "Impact of employment status and work-related factors on risk of completed suicide. A case-control psychological autopsy study." Psychiatry Res 190(2-3): 265-270.

43 Siegrist, J. (1996). Adverse Health Effects of High-Effort/Low-Reward Conditions. Journal of Occupational Health Psychology, 1(1), 27-41.

Ingen studie i föreliggande litteraturgenomgång hade emellertid studerat obalans mellan ansträngning och belöning eller ansträngning utifrån ansträngnings-belöningsmodellen. Vi fann inte heller några studier om exempelvis rollkonflikter, eller interpersonella konflikter med chefer eller kollegor.

Ett antal studier fokuserade på mer ospecifikt arbetsrelaterad stress, som kan handla om en upplevelse av stress, press, överbelastning eller stressande händelser. Två av dessa studier, som handlade om stressande händelser fann inget samband mellan arbetsrelaterad stress och självmord,<sup>44, 45</sup> men en av dessa fann ett samband mellan arbetsrelaterad stress endast i kombination med stress från privatlivet bland kvinnliga sjuksköterskor.<sup>46</sup> En av studierna fann också ett samband mellan stressande händelser eller arbetsrelaterade problem och självmordsförsök, men endast bland män, inte bland kvinnor.<sup>47</sup> Därutöver fann vi 6 studier som undersökt risk för självmord som mer specifikt handlade om stressande händelser som förlust av jobbet/arbetslöshet eller ofrivillig pensionering.<sup>48, 49, 50, 51, 52, 53</sup> Tre av dessa studier fann ett samband med självmord.<sup>54, 55, 56</sup> Fyra studier hade undersökt förlust av jobbet/arbetslöshet eller ofrivillig pensionering i förhållande till självmordsförsök<sup>57, 58, 59, 60</sup> varav en av studierna också fann ett samband med självmordsförsök.<sup>61</sup> För självmord tydde meta-analysen på ett tydligt statistiskt signifikant samband (Figur 8, se Appendix). En tydlig tendens till ökad risk ses också för självmordsförsök även om detta samband inte är statistiskt signifikant (Figur 9, se Appendix).

- 
- 44 Baumert, J., et al. (2014). "Adverse conditions at the workplace are associated with increased suicide risk." *Journal of Psychiatric Research* 57: 90-95.
- 45 Iribarren, C., et al. (2000). "Hospitalization for suicide attempt and completed suicide: epidemiological features in a managed care population." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 35(7): 288-296.
- 46 Feskanich, D., et al. (2002). "Stress and suicide in the Nurses' Health Study." *Journal of Epidemiology and Community Health* 56(2): 95-98.
- 47 Iribarren, C., et al. (2000). "Hospitalization for suicide attempt and completed suicide: epidemiological features in a managed care population." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 35(7): 288-296.
- 48 Jonghan, S., et al. (2012). "Characteristics of Korean suicide: a case-control psychological autopsy study." *Korean Journal of Psychology: General* 31(2): 323-344.
- 49 Agerbo, E. (2005). "Effect of psychiatric illness and labour market status on suicide: A healthy worker effect?" *Journal of Epidemiology and Community Health* 59(7): 598-602.
- 50 Høyer, E. H., et al. (2009). "Risk factors of suicide in inpatients and recently discharged patients with affective disorders A case-control study." *European Psychiatry* 24(5): 317-321.
- 51 Lewis, G. and A. Sloggett (1998). "Suicide, deprivation, and unemployment: record linkage study." *Bmj-British Medical Journal* 317(7168): 1283-1286.
- 52 Milner, A., et al. (2014). "The effects of involuntary job loss on suicide and suicide attempts among young adults: Evidence from a matched case-control study." *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 48(4): 333-340.
- 53 Page, A., et al. (2021). "The impact of transitions from employment to retirement on suicidal behaviour among older aged Australians." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 56(5): 759-771.
- 54 Beautrais, A. L. (2001). "Suicides and serious suicide attempts: two populations or one?" *Psychological Medicine* 31(5): 837-845.
- 55 Høyer, E. H., et al. (2009). "Risk factors of suicide in inpatients and recently discharged patients with affective disorders A case-control study." *European Psychiatry* 24(5): 317-321.
- 56 Lewis, G. and A. Sloggett (1998). "Suicide, deprivation, and unemployment: record linkage study." *Bmj-British Medical Journal* 317(7168): 1283-1286.
- 57 Beautrais, A. L. (2001). "Suicides and serious suicide attempts: two populations or one?" *Psychological Medicine* 31(5): 837-845.
- 58 Milner, A., et al. (2014). "The effects of involuntary job loss on suicide and suicide attempts among young adults: Evidence from a matched case-control study." *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 48(4): 333-340.
- 59 Page, A., et al. (2021). "The impact of transitions from employment to retirement on suicidal behaviour among older aged Australians." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 56(5): 759-771.
- 60 Statham, D. J., et al. (1998). "Suicidal behaviour: An epidemiological and genetic study." *Psychological Medicine* 28(4): 839-855.
- 61 Statham, D. J., et al. (1998). "Suicidal behaviour: An epidemiological and genetic study." *Psychological Medicine* 28(4): 839-855.

Sammantaget tyder resultaten på att förlust av jobbet/arbetslöshet eller ofrivillig pensionering är en riskfaktor för suicidalt beteende. Litteraturen av andra former av krav är dock begränsad vilket gör att det inte går att dra några slutsatser om samband.

### 3.2.5 Hot, våld, och kränkande särbehandling

Kränkande särbehandling är ”handlingar som riktas mot en eller flera arbetstagare på ett kränkande sätt och som kan leda till ohälsa eller att dessa ställs utanför arbetsplatsens gemenskap”.<sup>62</sup> Exempel på kränkande särbehandling är att bli exkluderad från möten, ignorerad, utsatt för sexistiska skämt, nedsättande ord, ryktesspridning eller förlöjliganden. Arbetsplatsmobbing är därmed en form av kränkande särbehandling där en eller flera arbetstagare utsatts för kränkande handlingar systematiskt, under en längre tid. Även sexuella trakasserier är en form av kränkande särbehandling som handlar om agerande av sexuell natur som kränker någons värdighet.

En tidigare översiktsartikel publicerad 2017 fokuserade på arbetsplatsmobbing, men fann ingen studie av högre kvalitet som publicerat resultat specifikt för självmord eller självmordsförsök.<sup>63</sup> Följande litteratursökning kunde inte heller identifiera någon artikel om arbetsplatsmobbing, våld eller hot om våld och suicidalt beteende. En studie om sexuella trakasserier på arbetsplatsen visade emellertid en ökad risk för både självmord och självmordsförsök.<sup>64</sup>

## 3.3 Fysiska arbetsmiljörisker

I detta avsnitt sammanfattar vi hur fysiska arbetsmiljöfaktorer hänger samman med självmord eller självmordsförsök.

### 3.3.1 Kemiska eller biologiska arbetsmiljöfaktorer

Kemiska eller biologiska riskfaktorer inkluderar potentiellt skadliga ämnen såsom asbest, mögel, damm, toxiner, lösningsmedel, vissa grundämnen (till exempel kvicksilver och kadmium), läkemedel och ämnen som används inom lantbruket (till exempel bekämpningsmedel) som anställda kan komma i kontakt med i sitt arbete.<sup>65</sup>

I föreliggande litteratursökning identifierades 5 studier om potentiella kemiska arbetsmiljörisker. Två studier i litteratursökningen handlade om pesticider och tydde inte på något samband mellan pesticider och

62 Arbetsmiljöverkets föreskrifter om organisatorisk och social arbetsmiljö (AFS 2015:4).

63 Leach, L. S., et al. (2017). "Workplace bullying and the association with suicidal ideation/thoughts and behaviour: a systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 74(1): 72-79.

64 Magnusson Hanson, L. L., et al. (2020). "Work related sexual harassment and risk of suicide and suicide attempts: prospective cohort study." *Bmj-British Medical Journal* 370.

65 Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (2014). *Arbetsmiljöns betydelse för symtom på depression och utmattningssyndrom.*

själv mord.<sup>66,67</sup> En av studierna fokuserade på metallexponering, och indikerade en ökad risk för självmord till följs av exponering för uran och beryllium bland manliga anställda vid en gasdiffusionsanläggning.<sup>68</sup> Även bly indikerades som en riskfaktor för självmord bland män i en studie.<sup>69</sup> Slutligen var exponering för styren bland anställd inom plast-industri var också förenat med en ökad risk för självmord i en studie.<sup>70</sup>

Det finns därmed hittills begränsat vetenskapligt underlag för att dra slutsatser om samband mellan olika kemiska arbetsmiljöfaktorer och suicidalt beteende.

### 3.3.2 Andra fysiska arbetsmiljöfaktorer

Några studier i litteratursökningen rörde andra fysiska faktorer såsom temperatur, ljus, ljud, tunga lyft och arbetsbelastningar.

Elektriska och magnetiska fält studerades i två studier, men inget samband observerades mellan magnetiska fält och självmord bland anställda vid ett elföretag.<sup>71</sup> En av studierna visade emellertid ett möjligt samband mellan elektriska fält och självmord bland manliga anställda vid ett specifikt företag.<sup>72</sup> Fysisk arbetsmiljö i form av skärmhanteringsarbete, fysiskt krävande arbete, farligt arbete, ljud, föroreningar, och radioaktivitet var dock inte kopplat till en ökad risk för självmord i en studie.<sup>73</sup> Arbete innebärande exponering för solljus var inte heller förenat med en ökad risk för självmord i en av studierna i litteraturgenomgången.<sup>74</sup>

Det finns därmed hittills begränsat vetenskapligt underlag för att dra slutsatser om samband mellan andra fysiska arbetsmiljöfaktorer och suicidalt beteende.

---

66 MacFarlane, E., et al. (2011). "Suicide in Australian pesticide-exposed workers." *Occupational Medicine* 61(4): 259-264.

67 Pickett, W., et al. (1998). "Suicide mortality and pesticide use among Canadian farmers." *American Journal of Industrial Medicine* 34(4): 364-372.

68 Figgs, L. W., et al. (2011). "Increased suicide risk among workers following toxic metal exposure at the Paducah gaseous diffusion plant from 1952 to 2003: a cohort study." *The international journal of occupational and environmental medicine* 2(4): 199-214.

69 Kim, D.-H., et al. (2020). "Sex-specific impact of changes in job status on suicidal ideation." *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention* 41 (2): 89-96.

70 Welp, E., et al. (1996). "Exposure to styrene and mortality from nervous system diseases and mental disorders." *American Journal of Epidemiology* 144(7): 623-633.

71 Baris, D., et al. (1996). "A mortality study of electrical utility workers in Quebec." *Occupational and Environmental Medicine* 53(1): 25-31.

72 Baris, D., et al. (1996). "A case cohort study of suicide in relation to exposure to electric and magnetic fields among electrical utility workers." *Occupational and Environmental Medicine* 53(1): 17-24.

73 Baumert, J., et al. (2014). "Adverse conditions at the workplace are associated with increased suicide risk." *Journal of Psychiatric Research* 57: 90-95.

74 van Wijngaarden, E. and D. A. Savitz (2000). "Occupational sunlight exposure in relation to suicide among electric utility workers." *American Journal of Industrial Medicine* 38(2): 149-154.

# 4 Arbetsmiljörelaterade skyddsfaktorer

Tidigare forskning har visat att arbetslöshet är en riskfaktor för suicidalt beteende. Yrkesarbete framstår därmed som en faktor förenat med lägre risk för självmordsbeteende.<sup>75</sup>

## 4.1 Psykosociala faktorer

### 4.1.1 Kontroll i arbetet

Kontroll, som ibland benämns inflytande, har att göra med handlingsutrymme, till vilken grad individen kan påverka hur, när och med vem/vilka arbetet utförs. Möjligheten att kunna använda och utveckla sina kunskaper och erfarenheter, liksom graden av inflytande i organisationen samt autonomi kan också räknas som kontroll i arbetet.<sup>76</sup>

Endast en av de ingående studierna i litteraturgenomgången studerade huruvida hög kontroll är en skyddande faktor för suicidalt beteende.<sup>77</sup> Den studien tydde på en lägre risk för både självmord och självmordsförsök för sågverksarbetare med hög kontroll, men detta samband kvarstod inte vid kontroll för sociodemografiska och andra arbetsrelaterade faktorer. Fyra<sup>78, 79, 80, 81</sup> studier tydde däremot på att låg kontroll är en riskfaktor för självmord, varav två dock endast gällde bland män.<sup>82, 83</sup> Sammantaget visade den meta-analys som gjordes av Milner et al. 2018 att kontroll, och som inkluderade 4 av de 5 studier som nämnts ovan, ett statistiskt signifikant samband mellan kontroll och självmord.<sup>84</sup> En meta-analys för att skatta risken för självmord baserat på alla 5 studierna

75 Amiri, S. (2020). "Unemployment and suicide mortality, suicide attempts, and suicide ideation: A meta-analysis." *International Journal of Mental Health*.

76 Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (2014). *Arbetsmiljöns betydelse för symtom på depression och utmattningssyndrom*.

77 Ostry, A., et al. (2007). "The impact of psychosocial work conditions on attempted and completed suicide among western Canadian sawmill workers." *Scandinavian Journal of Public Health* 35(3): 265-271.

78 Milner, A., et al. (2017). "Low control and high demands at work as risk factors for suicide: An Australian national population-level case-control study." *Psychosomatic Medicine* 79(3): 358-364.

79 Niedhammer, I., et al. (2020). "Psychosocial work exposures of the job strain model and suicide in france: Findings from the STRESSJEM prospective study of 15 million men and women over 26 years of follow-up." *Psychotherapy and Psychosomatics* 89(6): 398-401.

80 Tsutsumi, A., et al. (2007). "Low control at work and the risk of suicide in Japanese men: A prospective cohort study." *Psychotherapy and Psychosomatics* 76(3): 177-185.

81 Schneider, B., et al. (2011). "Impact of employment status and work-related factors on risk of completed suicide. A case-control psychological autopsy study." *Psychiatry Res* 190(2-3): 265-270

82 Milner, A., et al. (2017). "Low control and high demands at work as risk factors for suicide: An Australian national population-level case-control study." *Psychosomatic Medicine* 79(3): 358-364.

83 Niedhammer, I., et al. (2020). "Psychosocial work exposures of the job strain model and suicide in france: Findings from the STRESSJEM prospective study of 15 million men and women over 26 years of follow-up." *Psychotherapy and Psychosomatics* 89(6): 398-401.

84 Milner, A., et al. (2018). "Psychosocial job stressors and suicidality: a meta-analysis and systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 75(4): 245-253.

som identifierades i aktuell litteratursökning visar på liknande resultat. Även denna meta-analys visade ett statistiskt signifikant samband mellan låg kontroll och självmord (Figur 10, se Appendix).

Litteraturen hittills tyder alltså på att låg kontroll är en riskfaktor för självmord. Hög kontroll är därmed en trolig skyddsfaktor för självmord. Det saknas emellertid litteratur om självmordsförsök.

#### **4.1.2 Socialt stöd**

Socialt stöd omfattar emotionellt och instrumentellt stöd från kollegor och chefer såsom att någon lyssnar och engagerar sig känslomässigt eller bidrar med konkret hjälp och tillgång till information.<sup>85</sup>

Socialt stöd i arbetet minskade risken för självmordsförsök men inte för självmord bland sågverksarbetare i en studie som undersökt högt socialt stöd.<sup>86</sup> Det fanns också en tendens till samband mellan lågt socialt stöd och självmord i en annan studie, medan data saknades för självmordsförsök i den studien.<sup>87</sup> En studie visar också ett samband mellan nöjdhet med kollegor och självmord i en av analyserna.<sup>88</sup> Ett sammanvägd risk-estimat för lågt socialt stöd, som omfattade de två studierna som direkt fokuserat på socialt stöd, och självmord tydde å andra sidan på ett statistiskt signifikant samband (Figur 11, se Appendix).

Litteraturen hittills visar alltså på ett sannolikt samband mellan lågt socialt stöd och självmord. Socialt stöd kan därmed vara en skyddande faktor för självmordsbeteende.

#### **4.1.3 Andra psykosociala faktorer**

Några studier om andra psykosociala eller organisatoriska resurser såsom rättvisa kunde inte identifieras i litteraturgenomgången. En studie använde däremot ett mått på prestige som ansågs reflektera social belöning såsom erkännande, aktning, beundran, och förakt.<sup>89</sup> Denna studie tydde på att prestige minskar risken för självmord bland män.

---

85 Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (2014). Arbetsmiljöns betydelse för symtom på depression och utmattningssyndrom.

86 Ostry, A., et al. (2007). "The impact of psychosocial work conditions on attempted and completed suicide among western Canadian sawmill workers." *Scandinavian Journal of Public Health* 35(3): 265-271.

87 Niedhammer, I., et al. (2020). "Psychosocial work exposures of the job strain model and suicide in france: Findings from the STRESSJEM prospective study of 15 million men and women over 26 years of follow-up." *Psychotherapy and Psychosomatics* 89(6): 398-401.

88 Schneider, B., et al. (2011). "Impact of employment status and work-related factors on risk of completed suicide. A case-control psychological autopsy study." *Psychiatry Res* 190(2-3): 265-270.

89 Guseva Canu, I., et al. (2021). "Identification of socio-demographic, occupational, and societal factors for guiding suicide prevention: A cohort study of Swiss male workers (2000-2014)." *Suicide and Life-Threatening Behavior*.

# 5 Riskgrupper för självmord eller självmordsförsök i samband med arbete

I denna del beskrivs potentiella riskgrupper för självmord eller självmordsförsök som tas upp i materialet och vilka speciella situationer som de utsätts för. Frågor om hur sambandet mellan arbetsmiljö och suicidalt beteende ser ut bland olika grupper på arbetsmarknaden utvecklas dock enbart i begränsad utsträckning i materialet som ingår i kunskaps-sammanställningen.

Då självmord och självmordsförsök är relativt ovanliga utfall krävs normalt väldigt stora populationer för att studera samband mellan arbetsmiljö-faktorer och suicidalt beteende. Vanligen finns det därmed begränsade möjligheter att även undersöka möjliga skillnader mellan grupper. En del studier har emellertid studerat samband bland både män och kvinnor.

## 5.1 Kvinnor och män

Medan det är vanligare med självmord bland män, är självmordsförsök generellt vanligare bland kvinnor.<sup>90,91</sup>

Kvinnor arbetar också oftare än män i yrken eller sektorer med högre förekomst av exempelvis höga krav och otydliga mål liksom låg kontroll och lågt stöd,<sup>92</sup> vilket skulle kunna öka risken för psykisk ohälsa och självmordsbeteende.

Översiktsartikeln av Milner et al. 2018 noterar en viss evidens för könsskillnader i sambandet mellan jobbstressorer och självmord.<sup>93</sup> Enligt författarna i den översiktsartikeln så verkar det som män med jobbstress har högre risk för självmord. Detta bekräftas däremot inte av nyare studier som inte ingick i den översiktsartikeln. I de fall då resultat presenterats separat för män och kvinnor är resultaten ofta motstridiga.

---

90 Preventing Suicide: A Global Imperative. World Health Organization 2014. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/131056>.

91 Nock MK, Borges G, Bromet EJ, Alonso J, Angermeyer M, Beautrais A, Bruffaerts R, Chiu WT, de Girolamo G, Gluzman S, de Graaf R, Gureje O, Haro JM, Huang Y, Karam E, Kessler RC, Lepine JP, Levinson D, Medina-Mora ME, Ono Y, Posada-Villa J, Williams D. Cross-national prevalence and risk factors for suicidal ideation, plans and attempts. *Br J Psychiatry*. 2008 Feb;192(2):98-105.

92 Arbetsmiljöverket (2016) Kvinnors och mäns arbetsvillkor – betydelsen av organisatoriska faktorer och psykosocial arbetsmiljö för arbets- och hälsorelaterade utfall.

93 Milner, A., et al. (2018). "Psychosocial job stressors and suicidality: a meta-analysis and systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 75(4): 245-253.

## 5.2 Yrken och sektorer

Förekomst av självmord har visat sig vara högre i yrken såsom byggarbetare, arbetare, skogsarbetare, jordbruksarbetare och poliser. I en översiktsartikel fann man den högsta risken för självmord bland vissa typer av yrken såsom städare och andra yrken med krav på kortare utbildning eller introduktion, maskinoperatörer, fartygsbesättning, lantbrukare och jordbruksarbetare, servicepersonal som poliser samt byggarbetare och elektriker.<sup>94</sup> Översiktsartikeln fann också betydande skillnader beroende på kvalifikationsnivåer. I synnerhet individer med den lägsta- eller näst lägsta kvalifikationsnivån hade en ökad risk för självmord. Socioekonomisk status skulle därmed kunna vara en faktor bakom den ökade risken inom vissa yrken. Individer inom vissa av dessa yrken har också lättare åtkomst till metoder för att ta sitt liv såsom vapen, läkemedel eller giftiga ämnen.

Huruvida det finns en ökad risk beroende på om man arbetar i en miljö som är kvinno- eller mansdominerad har också studerats i ett fåtal studier. En generellt sämre arbetsmiljö i form av lågt stöd från chefer eller kollegor, hög arbetsbörda och krav har konstaterats i mansdominerade sektorer.<sup>95</sup> En studie indikerade en ökad risk för självmord bland män i mansdominerade yrken.<sup>96</sup> Detta kunde däremot inte bekräftas i en senare studie som fokuserat på självmordsförsök istället för självmord.<sup>97</sup>

Det finns enligt Milner et al. 2018 viss forskning som tyder på att samband mellan jobbstressorer och självmordstankar/suicidtankar kan skilja sig åt beroende på yrkesgrupp, men det går inte att dra några slutsatser om samband mellan jobbstressorer och självmord eller självmordsförsök skiljer sig åt mellan olika yrkesgrupper.<sup>98</sup>

---

94 Milner, A., et al. (2013). "Suicide by occupation: Systematic review and meta-analysis." *The British Journal of Psychiatry* 203(6): 409-416.

95 Battams S, Roche AM, Fischer JA, et al. Workplace risk factors for anxiety and depression in male-dominated industries: A systematic review. *Health Psychol Behav Med.* 2014;2:983-1008.

96 Milner, A. and T. King (2019). "Men's work, women's work and suicide: a retrospective mortality study in Australia." *Australian and New Zealand Journal of Public Health* 43(1): 27-32.

97 Milner, A. J., et al. (2020). "Male-dominated occupations, employment status, and suicidal behaviors among Australian men: A follow-up study using two waves of data from the ten to men cohort." *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention* 41(1): 54-63.

98 Milner, A., et al. (2018). "Psychosocial job stressors and suicidality: a meta-analysis and systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 75(4): 245-253.



# 6 Beskrivna behov av prioriterade områden och utveckling

Litteraturen i kunskapssammanställningens rapporter pekar på ett antal prioriterade områden inom arbetsmiljö och suicidalt beteende och lämnar vissa förslag på framtida utvecklingsområden inom fältet. Dessa områden handlar primärt om inriktningen i vidare forskning. De prioriterade områdena och förslagen på utvecklingsområden presenteras nedan.

## 6.1 Ytterligare kunskap om arbetsmiljöfaktorer och psykisk hälsa

### 6.1.1 Kunskapsluckor om suicidalt beteende

Suicidalt beteenden har i denna rapport endast fokuserat på suicidalt beteende i form av självmord och självmordsförsök. Självmord och självmordsförsök har också så långt som möjligt analyserats separat då risk- och skyddsfaktorer för självmord och självmordsförsök kan skilja sig åt. Majoriteten av studierna i litteraturgenomgången visade sig emellertid fokusera på självmord. Detta betydde också att det var främst för självmord som utfall som det fanns ett flertal studier som studerat liknande risk- eller skyddsfaktorer, som möjliggjorde en uppskattning av samband mellan en viss risk- eller skyddande faktor och självmord. Det finns således behov av mer kunskap om risk och skyddsfaktorer för självmordsförsök.

### 6.1.2 Kunskapsluckor om arbetsmiljöfaktorer och teman

Litteraturgenomgången och tidigare forskning pekar på en rad kunskapsluckor inom området. För det första är antalet studier av högre kvalitet av vissa specifika arbetsmiljöfaktorer fortfarande begränsat. Även om det inom vissa områden finns två eller flera studier är dessa studier generellt olika vad gäller till exempel risk- eller skyddsfaktor som studerats eller mätning av dessa, design och population. Det skulle därför behövas fler studier även inom dessa områden som är jämförbara för att dra säkrare slutsatser om samband. Litteraturgenomgången visar också att det helt saknas kunskap inom vissa områden. Det gäller till exempel organisatoriska arbetsmiljöfaktorer såsom ledarskap, organisatoriska förändringar och skiftarbete. Vad gäller psykosociala arbetsmiljörisiker så saknas kunskap om faktorer såsom kognitiva och emotionella krav, ansträngning

i förhållande till belöning, orättvisa/rättvisa, konflikter, utsatthet för våld eller hot om våld, och kränkande särbehandling.<sup>99, 100</sup>

Begränsat underlag fanns också för arbetstider som är längre än 48 timmar per vecka såsom arbetsveckor på 55 timmar eller mer som kopplats till ökad risk för exempelvis hjärtkärlsjukdom, liksom för spännt arbete, anställningsotrygghet, och fysiska arbetsmiljöfaktorer.

Slutligen kan konstateras att det finns väldigt lite kunskap om potentiella skyddsfaktorer däribland socialt stöd i arbetet.

### **6.1.3 Kunskapsluckor kring specifika grupper**

Tidigare översiktsartikeln av Milner et al. 2018 drar slutsatsen att mycket mer forskning behövs för att förstå sambandet mellan psykosociala arbetsmiljöfaktorer och suicidalitet, speciellt potentiella skillnader mellan länder, genus och yrke. Översiktsartikeln konstaterar också att det behövs mer forskning från låg- och medelinkomstländer.<sup>101</sup>

### **6.1.4 Metodologiska kunskapsluckor**

Flera tidigare översiktsartiklar påpekar att det finns begränsad forskning inom området av hög kvalitet såsom prospektiva kohortstudier. Leach påpekar att det finns behov av ytterligare forskning som är representativ och populationsbaserad.<sup>102</sup> En del litteratur i tidigare översiktsstudier, liksom i föreliggande urval av artiklar, är baserade på specifika grupper. I materialet användes data från till exempel sjuksköterskor, industriarbetare från vissa typer av industrier, och lantbruksarbetande eller arbetande inom skogsbruk, jakt- eller fiskeindustri. Det är osäkert om resultaten från denna typ av studier kan generaliseras till hela den arbetande befolkningen.

De genomgångna studierna är i många fall olika, vad gäller exempelvis design, urval och arbetsmiljöfaktorer. Trots detta gjordes meta-analyser för vissa potentiella risk- eller skyddsfaktorer att då alla originalstudier i litteraturgenomgången anses hålla relativt hög kvalitet. I dessa meta-analyser har inte heller beroende mellan vissa riskestimat som kommer från samma studiepopulation tagits hänsyn till. Resultaten från meta-analyserna bör därför tolkas med stor försiktighet.

---

99 Milner, A., et al. (2018). "Psychosocial job stressors and suicidality: a meta-analysis and systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 75(4): 245-253.

100 Leach, L. S., et al. (2017). "Workplace bullying and the association with suicidal ideation/thoughts and behaviour: a systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 74(1): 72-79.

101 Milner, A., et al. (2018). "Psychosocial job stressors and suicidality: a meta-analysis and systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 75(4): 245-253.

102 Leach, L. S., et al. (2017). "Workplace bullying and the association with suicidal ideation/thoughts and behaviour: a systematic review." *Occupational and Environmental Medicine* 74(1): 72-79.

De arbetsmiljöfaktorer och hur de mätts skiljer sig i vissa fall ganska mycket åt och flera studier har använt mått som kombinerar ett flertal olika faktorer. Ett behov inom området är därmed studier som mätt precisa arbetsmiljöfaktorer på ett bra sätt, gärna med standardiserade mätinstrument.

En del av studierna har dessutom endast baserat sig på självrapporter om självmordsförsök eller rapporter om arbetsmiljöfaktorer från anhöriga eller liknande. Det kan därmed finnas brister i tillförlitlighet i dessa studier.

De studier som inte presenterat resultat separat för män och kvinnor har ofta kontrollerat för kön och ålder. Alla har dock inte kontrollerat socioekonomisk status som skulle kunna vara en alternativ förklaring till samband. Andra arbetsmiljöfaktorer skulle också kunna ligga bakom vissa samband. Mer forsknings som noggrant kontrollerat för möjliga confounders/förväxlingsfaktorer verkar behövs. Vidare finns ett behov av att bättre förstå vad psykisk ohälsa spelar för roll. Psykisk ohälsa skulle delvis kunna vara en confounder/förväxlingsfaktor då personer med psykisk ohälsa kan till högre grad exponeras för vissa arbetsmiljörisker och har ökad risk för självmordsbeteende. Detta skulle innebära att analyser bör ta hänsyn till psykisk ohälsa. Psykisk ohälsa skulle å andra sidan kunna vara en intermediär faktor, dvs att en risk-eller skyddsfaktor predicerar psykisk ohälsa/hälsa som i sin tur predicerar suicidalt beteende. Detta skulle i så fall innebära att analyser inte bör ta hänsyn till psykisk ohälsa då detta kan göra att ett samband av intresse missas eller underskattas. Psykisk ohälsa har i tidigare litteratur hanterats på olika sätt vilket också bidrar till svårigheter i tolkningen av litteraturen.

Det kan också nämnas att samband mellan vissa arbetsmiljöfaktorer och suicidalt beteende kan bero på hälsoselektion det vill säga att en viss typ av individer med en ökad risk för självmordsbeteende också har en viss typ av arbeten med sämre arbetsförhållanden.

I en analys som gjordes av Milner et al. i deras översiktsartikel 2018 fann de även att det kan finnas studier om vissa faktorer som resulterat i icke statistiskt signifikanta resultat och som inte publicerats. Sökstrategin för denna rapport innebär också att det finns en risk för att vissa studier som analyserat en viss faktor men inte presenterat resultat om denna faktor i sammanfattningen, till exempel på grund av icke statistiskt signifikant samband, inte inkluderats i föreliggande analys. Detta innebär att resultaten i översiktsartikeln och från denna analys kan vara delvis missvisande.

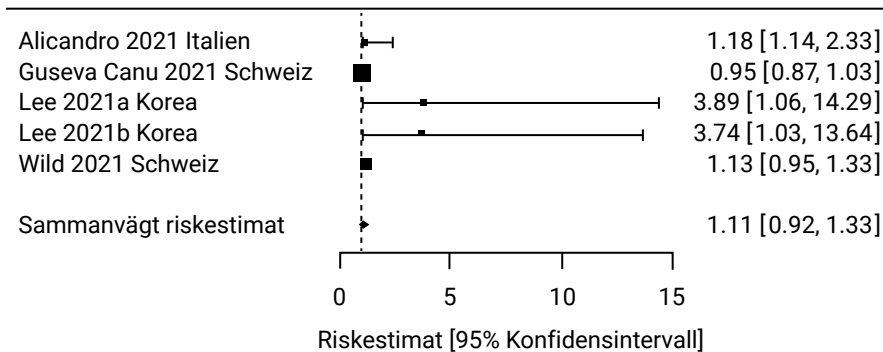
## 6.2 Ytterligare kunskap om insatser

En översiktsartikel från 2015 som undersökte studier av arbetsplatsrelaterade insatser för suicidprevention fann få studier inom detta område, och de flesta handlade om sekundära eller tertiära interventioner.<sup>103</sup> Primära interventionsstudier som går ut på att minska riskfaktorer eller öka skyddsfaktorer på arbetsplatsen verkar därmed saknas i litteraturen. Det finns alltså behov av interventionsforskning för kunskap om förebyggande arbete.

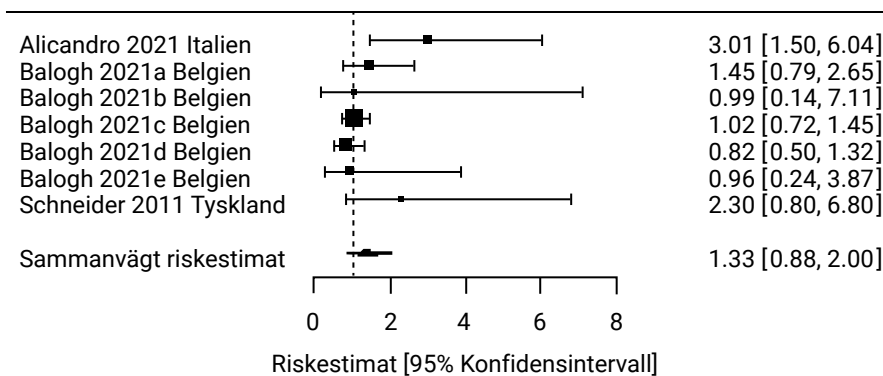
---

103 Milner, A., et al. (2015). "Workplace suicide prevention: A systematic review of published and unpublished activities." *Health Promotion International* 30(1): 29-37.

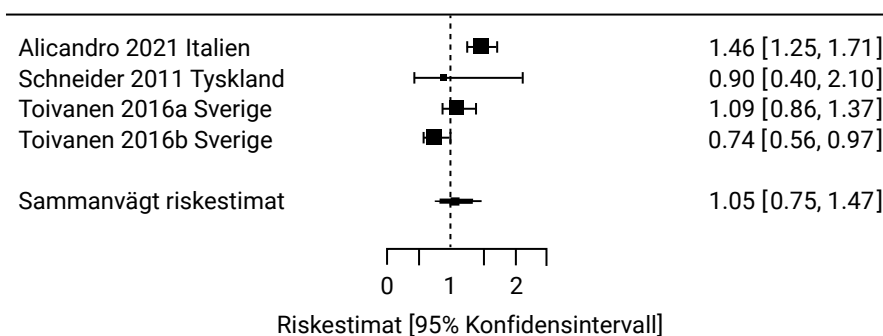
# 7 Appendix



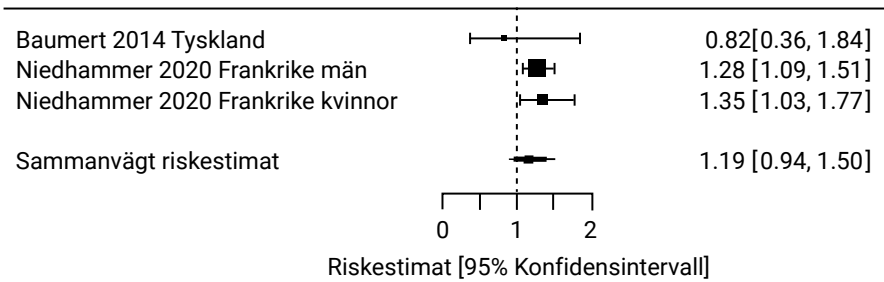
**Figur 2.** Meta-analys av studier över långa arbetstider och självmord. Lee 2021a visar riskestimat för arbetstid på 45–52 timmar per vecka medan Lee 2021b visar resultaten från samma studie på en arbetstid på >52 timmar per vecka.



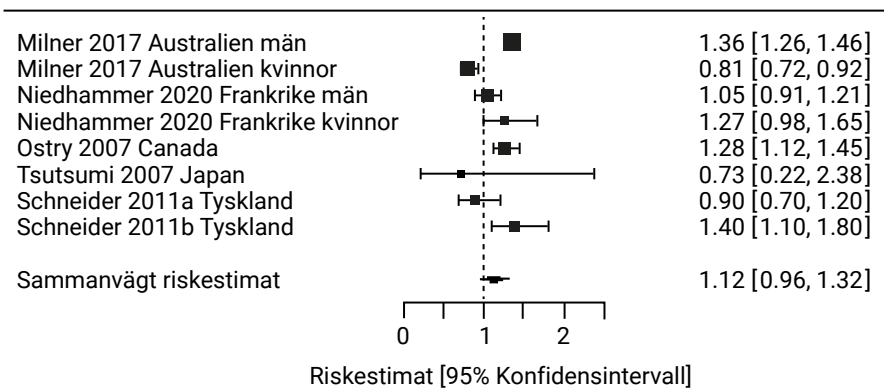
**Figur 3.** Meta-analys av studier över tillfälliga anställningar och självmord. Balogh 2021a visar riskestimatet för "temporary agency", Balogh 2021b för "seasonal work", Balogh 2021c för "fixed term employment", Balogh 2021d för "employment program" och Balogh 2021e för "casual work or other".



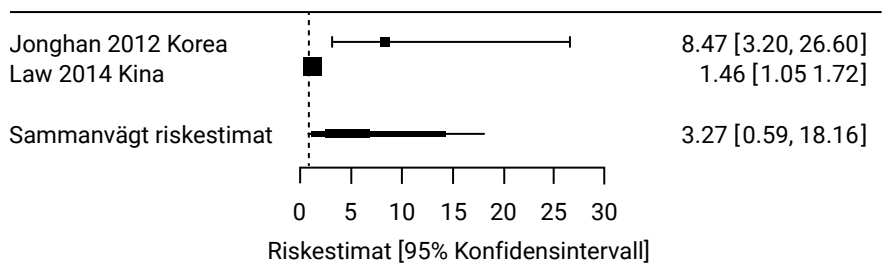
**Figur 4.** Meta-analys av studier över egenföretagande och självmord. Toivanen 2016a visar riskestimat för "sole proprietors" medan Toivanen 2016b visar resultaten från samma studie på "limited liability owners".



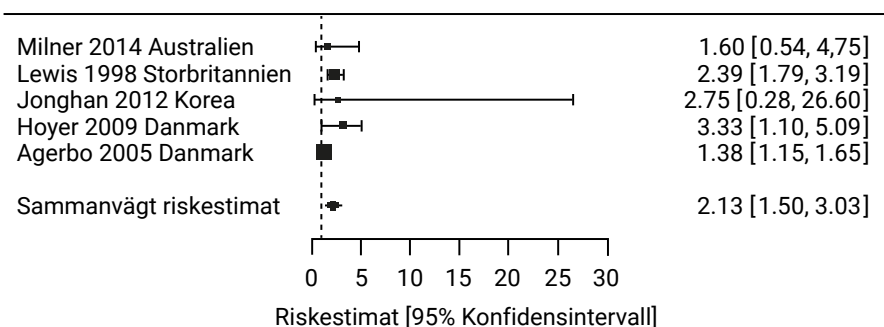
**Figur 5.** Meta-analys av studier över spänt arbete och självmord. En av studierna av Niedhammer mfl 2020 visar riskestimant för män medan den andra av Niedhammer mfl 2020 visar riskestimant för kvinnor.



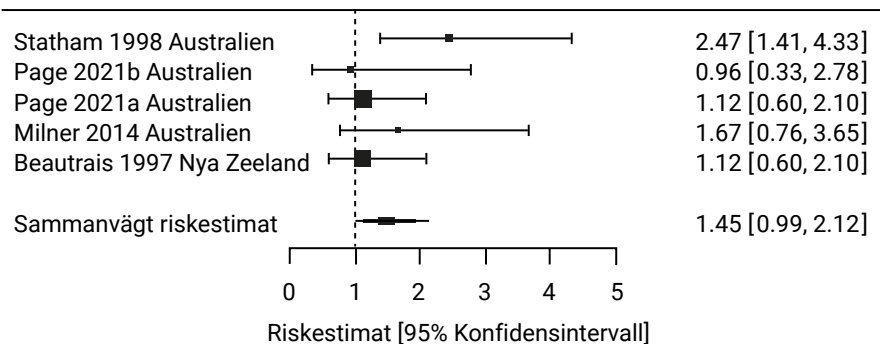
**Figur 6.** Meta-analys av studier över psykologiska krav och självmord. Två av studierna visar riskestimant för män och kvinnor separat medan Schneider 2011a visar riskestimant för tidspress och Schneider 2011b visar riskestimant för ansvar.



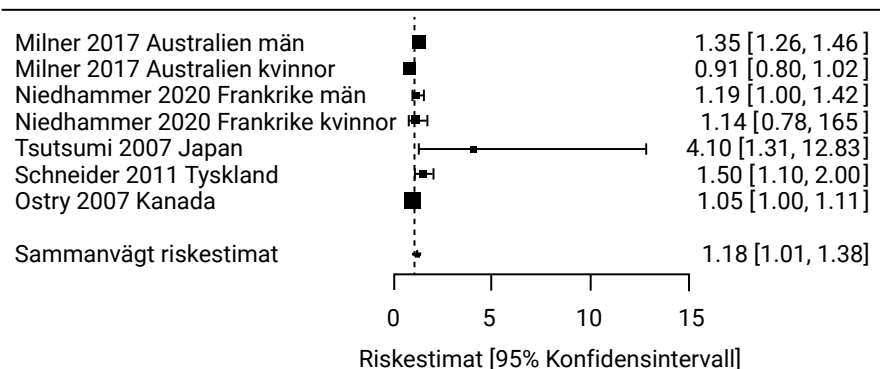
**Figur 7.** Meta-analys av studier över anställningsotrygghet och självmord.



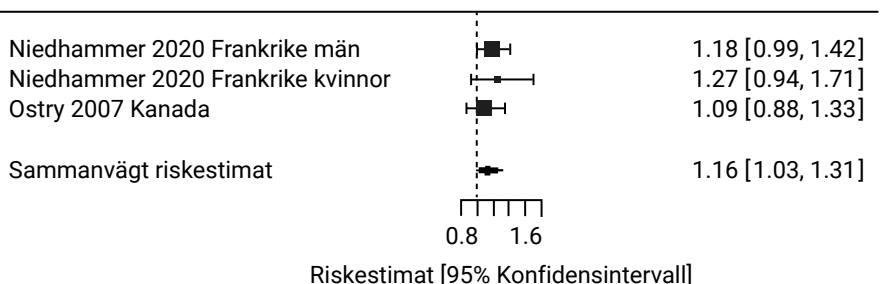
**Figur 8.** Meta-analys av studier över förlust av jobbet/arbetslöshet eller ofrivillig pensionering och självmord.



**Figur 9.** Meta-analys av studier över förlust av jobbet/arbetslöshet eller ofrivillig pensionering och självmordsförsök. Page 2021a visar riskestimat för ofrivillig pensionering, medan Page 2021b visare riskestimat för personer som gått från arbete till arbetslöshet



**Figur 10.** Meta-analys av studier över låg kontroll och självmord. Riskestimat från Milner 2017 och Niedhammer 2020 presenteras separat för män och kvinnor.



**Figur 11.** Meta-analys av studier över lågt socialt stöd och självmord. Riskestimat från Niedhammer 2020 presenteras separat för män och kvinnor.



Myndigheten för  
arbetsmiljökunskap

[www.mynak.se](http://www.mynak.se)

ISBN 978-91-986882-2-1