

# “NÅGON SÅG MIG”

En rapport över långtgående effekter  
av Mitt Livs Vals program

MITT  
LIVS  
VAL



# INNEHÅLL

<b>1</b>	<b>Inledning</b>	
	Inledande ord.....	s. 1
	Sammanfattning.....	s. 3
	Om Mitt Livs Val.....	s. 5
	Om mätningen.....	s. 9
<b>2</b>	<b>Resultat</b>	
	Resultatkarta.....	s. 13
	Bakgrundsdata.....	s. 15
	Utbildning och studier.....	s. 19
	Arbete och arbetsliv.....	s. 25
	Självkänsla och självförtroende..	s. 29
	Framtidstro och mål.....	s. 33
	Kunskaper.....	s. 39
	Utanförskap.....	s. 43
<b>3</b>	<b>Avslut</b>	
	Kraften i Mitt Livs Val.....	s. 47
	Tack.....	s. 49



## Vår vision

Ett inkluderande samhälle där unga har förutsättningar att påverka sin framtid

## Det började 2015

Mitt Livs Val grundades 2015 med syfte att bidra till ett inkluderande samhälle där unga har förutsättningar att påverka sin framtid. Utbildning är en av de viktigaste nycklarna för att öka samhällsdeltagandet och för att motverka socialt utanförskap. Samtidigt ser vi stora utbildningsklyftor mellan unga inrikes och utrikes födda.

Därför arbetar vi varje dag för att sänka tröskeln till högre utbildning och på sikt in på arbetsmarknaden för unga nyanlända (16–23 år). Tillsammans med studenter, yrkesverksamma och andra förebilder väcker vi motivationen för utbildning och jobb, så att de vi möter kan forma sin egen väg och nå sina drömmar.

# Mitt Livs Vals rapport

## Effekterna av Mitt Livs Vals arbete består

Utbildning är ungas inträdesbiljett till framtiden. Idag lämnas många utanför. Siffror från Skolverket visar att knappt 80% gick ut gymnasiet med godkända betyg 2023. För de som kommit till Sverige i tonåren är andelen ännu lägre ([SCB, 2016](#)).

Att vända den siffran var vår utgångspunkt när vi startade Mitt Livs Val år 2015. Åtta år senare har vi diplomerat över 2000 deltagare och etablerat en solid programverksamhet som inspirerar och motiverar unga nyanlända till att klara gymnasiet samt studera vidare.

Idag kan vi dela med oss av vilken effekt som våra insatser har över tid. Genom vår undersökning av tidigare deltagares upplevelser och nuvarande situation ser vi att effekterna av vårt arbete består. Hela **90% av tidigare deltagare känner fortsatt att Mitt Livs Val ökat deras studiemotivation.**

Att klara skolan är avgörande för din framtid och förmåga att delta i samhället; för unga nyanlända är det en tuff utmaning. Vår rapport styrker detta. Verkligheten för vår målgrupp är en förlängd skolgång på grund av missad skolgång, språkinläring och andra utmaningar. Att studiemotivation skapas och underhålls är således kritiskt.

Unga som kommit nya till Sverige efter skolstart är även den mest underrepresenterade gruppen vid högre utbildning ([UKÄ, 2023](#)). Det är därför fantastiskt att så många som **76% av våra tidigare deltagare vill studera vidare.** Merparten svarar att Mitt Livs Val har varit en bidragande faktor till deras vilja att söka sig till högre utbildning. Några av svaren stavas förebilder, kunskap och tillhörighet. Vår undersökning visar även att Mitt Livs Val spelat en nyckelroll i de ungas etablering i Sverige i bred mening.

Vill vi ge våra unga en tro på framtiden - då behöver vi satsa på de verktyg som ger resultat. Vi hoppas vår rapport ger en del av svaren.

Fanny Rölander, programansvarig

Göteborg, februari 2024

**23%** av unga nyanlända från ett utomeuropeiskt land går ur gymnasiet med godkända betyg ([SCB, 2016](#)).

**27%** av utrikesfödda barn och unga som har kommit till Sverige efter skolåldern (7-18 års åldern) går vidare till högre utbildning ([UKÄ, 2023](#)).

# Sammanfattning

Följande är en sammanfattning av de resultat som presenteras i rapporten.

## Förebilder ger studiemotivation

Det är avgörande att få möta förebilder för att både se högre utbildning som ett alternativ och att våga tro att det är möjligt. För några ritas livskartan om i och med kontakten med universitetsutbildade personer via Mitt Livs Val.

## Jobbkunskaper och nätverk gör skillnad

Många anger att kunskaper kring CV, arbetsintervju och arbetssökande gjorde det enklare att söka jobb. De var också mer framgångsrika i sina försök att få jobb. Likväl poängteras vikten av att få ta del av nätverk och jobbmöjligheter genom Mitt Livs Val. Jobbkunskaperna ger också ett större självförtroende väl ute i arbetslivet.

## Motivation och mål är avgörande

Skolgången är ofta två till tre år längre för unga nyanlända än inrikes födda. Det kräver ett större mått av driv och motivation. Det här nämndes av våra intervjupersoner som betonar drivkraften och uthålligheten som krävs, men även ett högre tempo för att hålla jämna steg med andra som har svenska språket med sig sen barnsben.

## Språket är en nyckel till framtiden

Mitt Livs Val har för många varit en språngbräda där du kunnat utveckla din svenska. Detta är oerhört värdefullt då svenska språket beskrivs som avgörande för att kunna omsätta sina mål och drömmar till faktiska planer och handlingar som ger resultat.

## Utanförskapet kan brytas

Upplevelsen och effekten av utanförskap för utrikesfödda unga är skönjbar i våra intervjuer och enkäter, men också att det kan brytas genom insatser som Mitt Livs Val. Att få vara i ett sammanhang där du känner dig delaktig och möter personer som är etablerade i Sverige är av stort värde.

## Kunskap ger egenmakt

Vi ser att värdefull kunskap saknas. Kunskap som behövs för att ha bättre förmåga att göra aktiva val. Det här identifierades av tidigare deltagare vilka anger att Mitt Livs Val bidragit till kunskapsökning och därmed större mått av egenmakt och förmåga att styra sitt liv.

## Att tillhöra - kraften i Mitt Livs Val

Att få tillhöra ett sammanhang där du blir sedd och du känner att andra bekräftar att du är viktig - det gör skillnad. Det kan vara avgörande i valet att fortsätta sin kamp mot utbildningsdrömmarna eller yrkesmålet. Det här är också kraften i Mitt Livs Val; att ge unga nyanlända en plats där de känner mening, får växa och utvecklas för att ha förutsättningar att nå sina drömmar och mål.

# Resultat

**90%** känner fortsatt ökad studiemotivation av att ha deltagit i Mitt Livs Val

**77%** anger att Mitt Livs Val har gjort det enklare att söka jobb

**89%** känner att Mitt Livs Val har ökat deras självförtroende och självkänsla

**87%** anger att Mitt Livs Val har gjort det enklare att nå sina framtidsmål

**87%** anger att Mitt Livs Val har gett värdefull och användbar kunskap



## Om Mitt Livs Val

Att vara ung och ny i ett samhälle kan vara tufft och svårt att navigera. Framför allt när det gäller skolan, svenska språket och kommande studie- och yrkesval. Mitt Livs Val ville vara med och bidra till jämlika förutsättningar när det kommer till utbildning, arbetslivet och samhällsdeltagande. Utbildning är den främsta skyddsfaktorn mot utanförskap. För ett samhälle där alla kan delta aktivt behöver fler klara skolan och ta sig till universitetet.

Därför har Mitt Livs Val sedan starten av vår programverksamhet 2016 jobbat med ett studiemotiverande program där unga nyanlända, mellan 16-23 år, möter universitetsstudenter för att få ökad studiemotivation, mer kunskap om olika utbildningsvägar och större framtidstro. Vi har vidareutvecklat det konceptet med ett mentorprogram där varje deltagare får en personlig studentmentor som stöttar adepten med ett specifikt studiemål under en termin. Den egna studiemotivationen är en av de viktigaste förutsättningarna för att lyckas. I dialog med våra deltagare har vi sett att kontakten med studenterna, och en förståelse för deras resa och studieval, är avgörande för att väcka och bibehålla den motivationen.

Sedan 2020 driver vi tre program; två studieförberedande program och ett arbetsmarknadsförberedande program. Det senare kallar vi FRAMÅT! och det fokuserar på att öka kunskapen kring arbetsmarknaden samt att sänka de höga trösklar som utrikes födda har för att ta sig ut i arbete. Genom våra tre program erbjuder vi därmed ett helhetskoncept med kunskapshöjning och stöd inom både utbildning och arbetsmarknad där unga nyanlända får möta och utbyta erfarenheter med inspiratörer och förebilder från universitetsvärlden och yrkeslivet. Idag når vi runt 350 unga nyanlända per år genom våra program i Stockholm och Göteborg.

Vi erbjuder även traineeplatser för de som gått våra program. Under traineetjänsten får de lära sig om projektledning, ledarskap, presentationsteknik och samtidigt vara en förebild för andra. Vår traineeverksamhet är ett sätt att leva som vi lär; vi vill också vara en del av en mer inkluderande arbetsmarknad där fler öppnar upp möjligheter för att unga nyanlända ska utvecklas, få arbetslivserfarenheter och nya kontakter.

# Vår 3-steps modell

Genom Mitt Livs Vals tre program, vår 3-steps modell, får unga nyanlända möjlighet att växa och nå sina mål.

3-STEPS MODELL



PROGRAM



VINSTERNA



## MOTIVERA



Steg 1, är det studiemotiverande programmet som består av fyra gruppträffar där unga nyanlända möter universitetsstudenter. Genom föreläsningar och övningar får deltagarna lära sig mer om studieteknik, svenska utbildningssystemet, utbildningsvägar samt mål och motivation. Programmet sker i samarbete med universitet och högskolor.

Studiemotiverande programmet

Relationsbyggande

## UTVECKLA



I steg 2, det arbetsmarknadsförberedande programmet FRAMÅT! får unga nyanlända möta yrkesverksamma förebilder. FRAMÅT! består av åtta workshops, fördelat på en termin. Fokus ligger på arbetsmarknadskunskap, kopplingen mellan utbildning och jobb, att öka förmågan att söka jobb, arbetslivskunskap samt psykisk hälsa och målsättning.

FRAMÅT!  
arbetsmarknadsförberedande programmet

Förmåga att planera och ta ansvar

## UPPNÅ



Vid steg 3, mentorprogrammet får unga nyanlända en individuell mentor från universitet eller högskola. Mentorskapet fokuserar på studiestöd och studiemål för att klara skolan. Med hjälp av universitetsstudenten arbetar adepten mot sina uppsatta studiemål samt får chansen att möta andra unga och studenter för ökad motivation och inspiration.

Mentorprogrammet

Ökad känsla av mening och motivation

# Om effektmätningen

## Syfte

Syftet med vår mätning är att undersöka de långtgående effekterna som våra program har för våra deltagare. Det handlar om att utreda huruvida våra program haft bestående påverkan på tidigare deltagares självförtroende, självkänsla, framtidstro, studiemotivation, nätverk, kunskaper inom utbildning och arbete samt svenskkunskaper. Målet är att skapa en tydligare bild av i vilken utsträckning de effekter vi strävar efter att uppnå står sig över tid. Därtill vill vi kartlägga vart våra tidigare deltagare befinner sig idag gällande utbildning och arbete.

## Respondenter

Vi har kontaktat tidigare deltagare som varit med i ett eller flera av Mitt Livs Vals program mellan 2018-2021 i Göteborg och Stockholm. I tabell kan antal och svarsfrekvens utläsas

## Metod

### Enkät

För att mäta effekten har vi använt oss av en anonym, digital enkät som skickats ut via en SMS-tjänst till diplomerade deltagare från våra program i Stockholm och Göteborg mellan 2018-2021. Enkäten är uppdelad i två delar. Del ett summerar bakgrundsdata. Del två undersöker tidigare deltagares upplevelser av Mitt Livs Vals program och huruvida de fortfarande upplever att de påverkat studiemotivation, kunskaper inom utbildning och arbete, självförtroende, självkänsla, nätverk, framtidstro och svenskkunskaper. I del två har de skattat sin upplevelse mellan 1 (inte alls) till 5 (mycket) samt haft möjlighet att lämna kommentarer i fritext. Enkäten har besvarats av 85 tidigare deltagare i Mitt Livs Vals program (2018-2021) vilket motsvarar en svarsfrekvens på 17%. I tabellen visas fördelningen av svar per stad och år jämfört med hur många som den skickats ut till.

### Djupintervjuer

Som ett komplement till enkätsvaren har vi genomfört tre djupintervjuer med tidigare deltagare under samma tidsintervall (2018-2021). Samtliga intervjuer har genomförts fysiskt under 40-60 minuter med anställda på Mitt Livs Val som intervjuare. Samtliga intervjupersoner har godkänt att deras namn och svar får användas i denna rapport. Intervjupersonerna heter Farhia Mohamed, Doaa Brady och Amria Majidi.

Tabell 1. svarsfrekvens och utskick (enkät)

Stad och år	Antal svar	Utskick	Svarsfrekvens
<b>Totalt</b>	<b>85</b>	<b>505</b>	<b>17%</b>
Göteborg, 2018	7	96	7%
Göteborg, 2019	8	68	12%
Göteborg, 2020	12	70	17%
Göteborg, 2021	27	130	21%
Stockholm, 2018	0	18	0%
Stockholm, 2019	13	54	24%
Stockholm, 2020	5	29	17%
Stockholm, 2021	13	41	33%

# Om effektmätningen

## Metoddiskussion

Det finns ett antal faktorer som påverkar underlaget för denna rapport. Vi hade inte möjlighet att nå cirka 50% av tidigare deltagare mellan 2018-2021 då vi saknade kontaktuppgifter eller fick veta att de vi hade inte längre var i bruk. Därtill finns det en risk för att tidigare deltagare inte längre har kvar samma telefonnummer eller mejladress och att vi inte kan vara säkra på att de vi nådde fram till är rätt mottagare.

Svarsfrekvensen är relativt låg. Utöver ovannämnda risk för att vi inte alltid nådde tilltänkta mottagare så kan svarsfrekvensen ha påverkats av att vi kontaktade deltagare via en SMS-tjänst. Det kan hända att vissa såg detta som reklam och inte kopplade det till oss på Mitt Livs Val och därav valde att inte svara.

Anonymiteten i enkäten innebär även att vi inte kan säkerställa att det faktiskt är tidigare deltagare inom intervallet 2018-2021 som valt att svara. Vi kan inte heller helt utesluta att samma person svarat mer än en gång på enkäten. Samtidigt ser vi i analysen av svaren att de varierar och inte upplevs upprepade. Vi ser även att samtliga som lämnat kommentarer påvisar en vetskap om vad Mitt Livs Vals program innefattar och vi kan därmed vara relativt säkra på att de som valt att svara på enkäten också deltagit.

En annan faktor värd att lyfta är nöjdhetsbias; det vill säga att endast de som är nöjda med sin upplevelse på Mitt Livs Val väljer att svara. Det här får vi givetvis ta höjd för. Samtidigt kan vi utläsa att det finns en nyans i svaren och en variation i graderingar bland respondenter. Det här antyder att vi fått in svar från en heterogen pool. Vad gäller enkäten så besvaras en stor andel frågor med en gradering mellan 1 (inte alls) till 5 (mycket). Det här beskrivs tydligt i enkäten, men kan misstolkas av någon. Utifrån en spridning på skalan tror vi att det är få, om någon, som misstolkat svarsskalan.

En styrka med metoden är kombinationen av enkät och djupintervjuer där de kompletterar och nyanserar varandra. Genom enkäten får vi en bredare överblick och kvantitativ data medan djupintervjuerna exemplifierar och ger rikare kvalitativ data vilken erbjuder möjliga förklaringar och personliga historier kopplade till den kvantitativa datan.

# Resultatkapitel

I kommande resultatkapitel redogör vi för enkätsvar som består av såväl kvantitativa som kvalitativa data. Dessa vävs också samman med utdrag från de tre djupintervjuerna som genomförts med tidigare deltagare. Vår data ställs också mot forskning och statistik för att nyansera och kontextualisera.

## 1. BAKGRUNDSDATA

## 2. UTBILDNING OCH STUDIER

## 3. ARBETE OCH ARBETSLIV

## 4. SJÄLVKÄNSLA OCH SJÄLVFÖRTROENDE

## 5. FRAMTIDSTRO OCH MÅL

## 6. KUNSKAPER

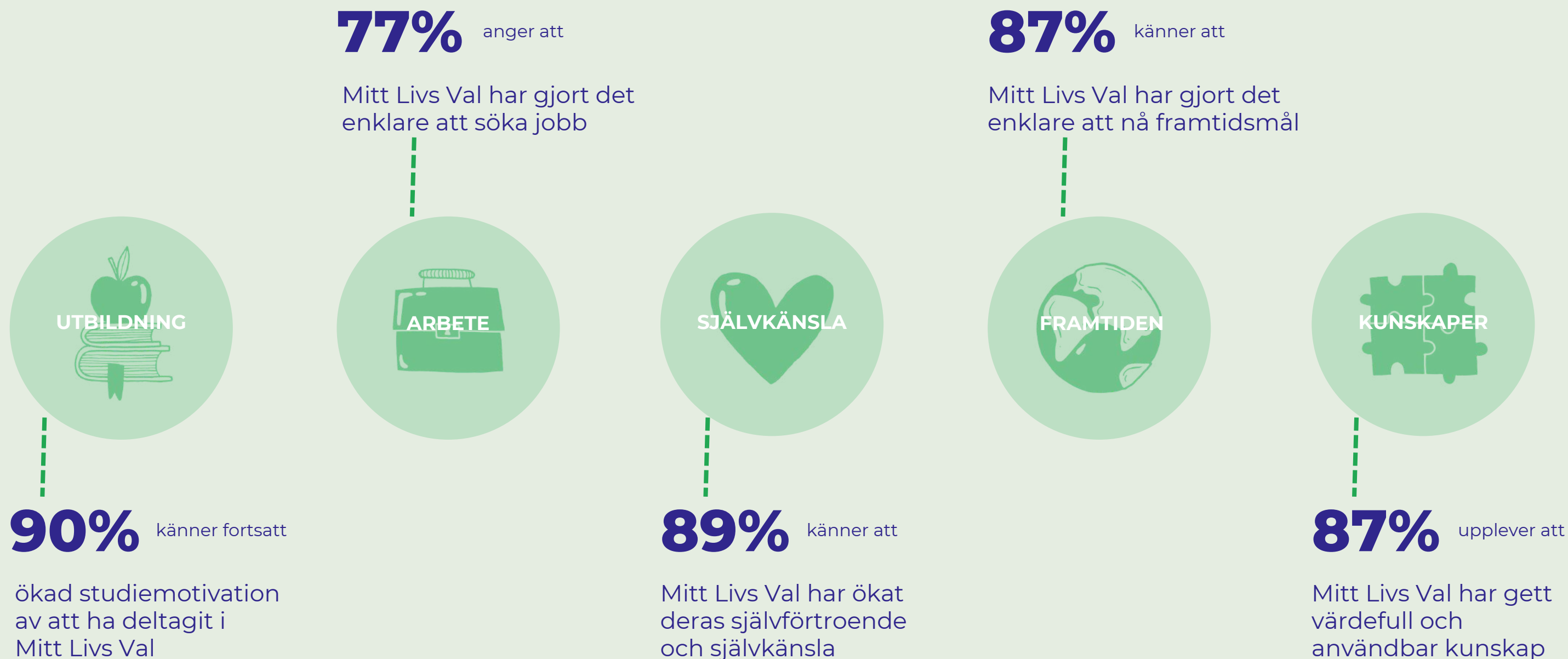
## 7. ÖVRIGT

*Det kändes roligt att vara med, dels att man träffar nya människor och dels för att det är relevanta informationer och lärorikt träffar speciellt för en som inte kan mycket och hur saker ting fungerar i Sverige samt om arbetslivet.*

- Kille, 23 år, Mitt Livs Val i Stockholm 2019



# Resultatkartan



# Våra deltagare

I våra program möter vi unga nyanlända som vanligtvis är mellan 17-20 år, men våra program är öppna för de mellan 16-23 år. Vi ser att merparten av våra deltagare genom åren varit tjejer och detta speglas i de svar som inkommit i enkäten där 62% anger att de är tjejer och resterande 38% killar. Samtidigt visar SCB (2023) statistik kring 0-18 åringar som invandrat till Sverige mellan 2014-2021 att det är jämn fördelning mellan könen. Således kan vi dra slutsatsen att vår verksamhet upplevs mest intressant för tjejer och unga kvinnor trots att den erbjuds i samma utsträckning till alla.

Vad gäller antal år i Sverige och huruvida deltagarna kommit ensam eller med familj så har det varierat under åren. Vid starten av Mitt Livs Vals verksamhet (2016-2018) var en majoritet ensamkommande, därefter planade detta ut och vid 2020 började vi se det omvända; majoriteten av deltagarna kom till Sverige med familj eller för att ansluta till familj som redan var bosatt i Sverige.

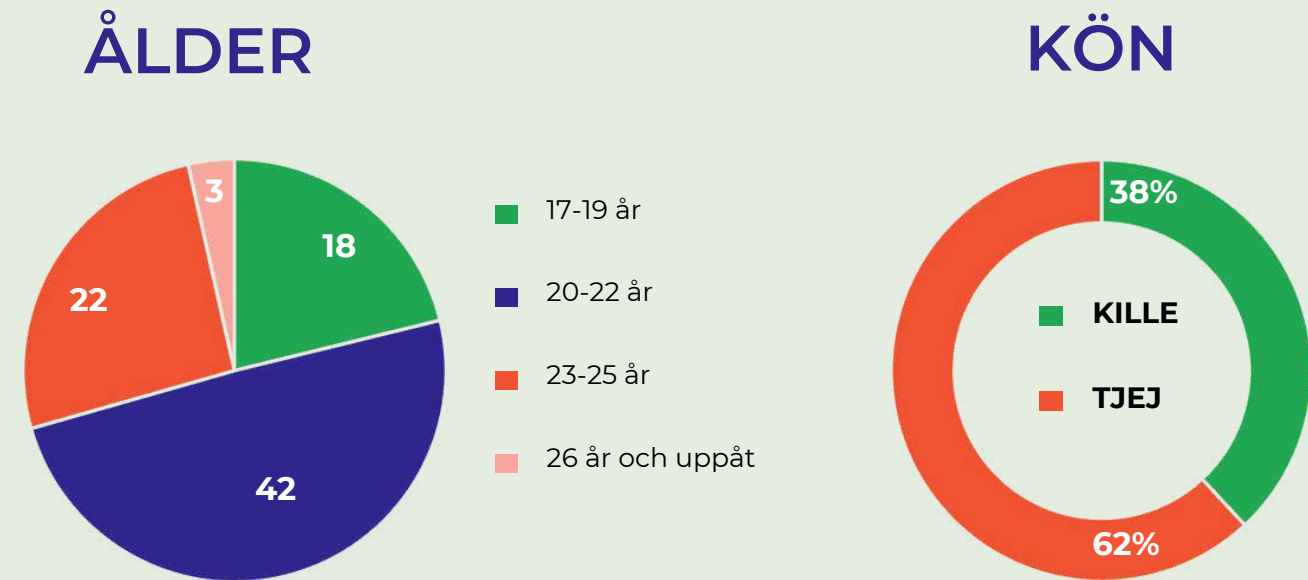
För de som deltar i våra program är det vanligaste att de varit i Sverige mellan ett till tre år och att de vid första kontakten med Mitt Livs Val befinner sig på språkintröduktion. På språkintröduktionsprogrammen läser de svenska och de ämnen som krävs för att gå vidare till ett nationellt gymnasieprogram eller likvärdigt alternativt. Enligt Skolverket (2018, rapport 469) så krävs ofta två-tre år på språkintröduktion innan de tar sig vidare. På Mitt Livs Val delar vi den bilden.

## Vad gör våra tidigare deltagare idag?

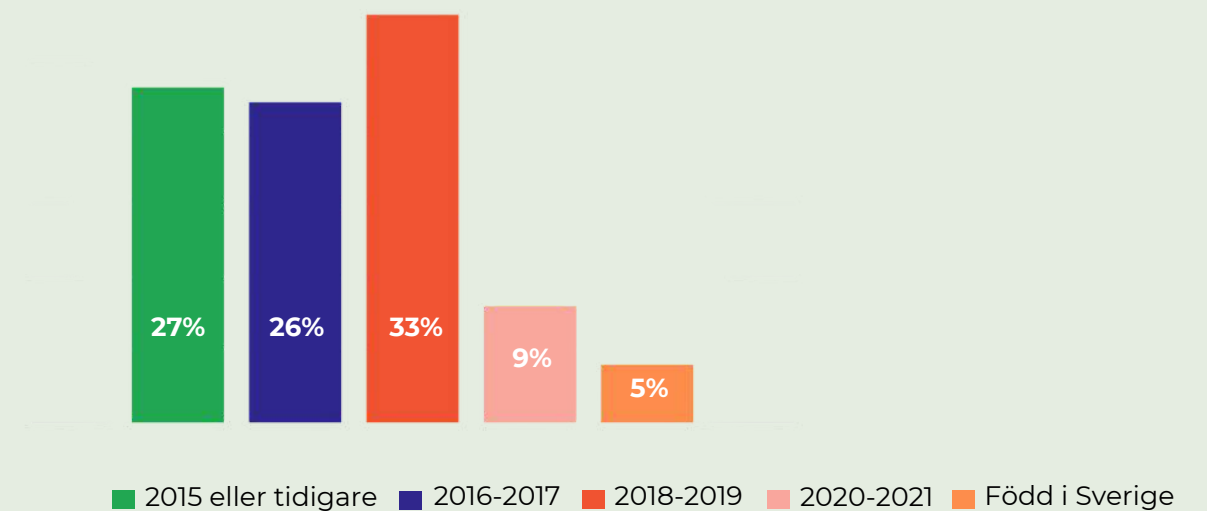
Sysselsättning	Antal	Procent
Gymnasiet	29	34%
Arbetar (studerar ej)	20	24%
Komvux	11	13%
Universitet/högskola	8	9%
Folkhögskola	7	8%
Språkintröduktion	3	4%
Annan utbildning	2	2%
SFI	2	2%
Annat	3	4%

# Tidigare deltagares demografi

Hämtade från enkätsvar av tidigare deltagare i Mitt Livs Val mellan 2018-2021



## Ankomst till Sverige





# KRAFTEN I ATT VÄLJA

*Mitt Livs Val ger unga verktyg och förutsättningar för att göra aktiva val*

# 90% känner fortsatt

## ökad studiemotivation efter att ha deltagit i Mitt Livs Val

90 procent av inrikes födda har behörighet till universitet och högskola; för utrikes födda som invandrat vid 13 års ålder eller senare från ett utomeuropeiskt land är det endast 23% som är behöriga (SCB, 2016). Idag ställs det allt högre krav på en eftergymnasial utbildning för att kunna etablera sig på arbetsmarknaden. Målgruppen vi riktar oss till är en av de grupper som är mest underrepresenterade inom högre utbildning i Sverige och därmed en viktig grupp att nå ut till.

Det är därför fantastiskt att se att hela 90% av tidigare deltagare fortfarande känner att Mitt Livs Val gett dem ökad studiemotivation. I de effektmätningar som vi gör i ordinarie verksamhet, i direkt anslutning till programmen, ligger snittet på 98%. Således något högre vilket vi tror har att göra med att de just fått chansen att möta förebilder som studerat vidare, övat på studieteknik och fått stöttning på olika sätt mot sina studiemål.

### Förebilder ger studiemotivation

Möten med förebilder är en betydande anledning till att de som deltagit i Mitt Livs Val känner en ökad studiemotivation. Genom mötena med studentmentorer från olika universitet och högskolor samt yrkespersoner skapas en tydlig bild av hur framtiden kan se ut och hur din utbildning kan vara en viktig pusselbit. Från våra djupintervjuer beskriver samtliga att de fick en förståelse för vad som väntar i framtiden genom exemplen från studenter och yrkespersoner som de mötte. Det eldade på studiemotivationen och skapade känslan av att det är viktigt att klara studierna. Det här återspeglas även i de öppna svaren i vår enkät.



# 76%

## vill studera vidare

Utrikesfödda barn och unga som har kommit till Sverige efter skolåldern (från 7-18 års ålder) är den mest underrepresenterade gruppen inom universitetsutbildning. Det är endast 27% som söker sig vidare till högre utbildning (UKÄ, 2023). Bakomliggande orsaker till detta är bland annat en längre utbildningsresa, svårigheter att navigera svenska utbildningssystemet och avsaknad av förebilder i sin närhet som studerat vidare och som kan stötta en med studierna. Det här kan förstås mot bakgrunden att det bland andra grupper låg på 45-51%; 51% bland svenskfödda med två utrikesfödda föräldrar, 47% för utrikesfödda som invandrat vid 7 års ålder eller tidigare och 45% för de med svensk bakgrund. I Universitetskanslersämbetets kartläggning är det framförallt två grupper som halkar efter: de med lågutbildade föräldrar och utrikesfödda som kommit till Sverige efter skolstart (UKÄ, 2023).

Trots detta ser vi att 76% av tidigare deltagare vill studera vidare. Ytterligare 18% svarar att de inte vet just nu och endast sju procent har svarat nej på frågan. Som nämnts tidigare så befinner sig majoriteten av de svarande fortfarande i någon form av gymnasieutbildning. Nio procent, har tagit sig vidare till universitet eller högskola. Av dessa svarar 83% att Mitt Livs Val gett dem ökad motivation till att plugga och att det har hjälpt dem att utveckla svenska språket. En av de svarande som idag studerar på universitet eller högskola beskriver Mitt Livs Val som givande. Vidare förklarar han:

**Man lär sig mycket om olika vägar för att komma till studier och jobb osv. Samtidigt får man motivationen för vad man ska plugga, hur och varför? Vilket kan leda till att man vill plugga vidare eller minst hitta något som man intresserar att jobba på framtiden.**

- Kille, 23 år, Mitt Livs Val i Göteborg 2020-2021



*Jag kanske blir den första [i min familj] som har läst och klarat universitetet. I Mitt Livs Val hittade jag mitt mål och det är samma idag; jag vill plugga vidare till biomedicinsk analytiker.”*

- Farhia Mohamed, 21 år, Mitt Livs Val i Göteborg 2019-2021

## Porträtt: Farhia

### En utbildningsdröm väcks

Farhia Mohamed kom till Sverige 2018. Då var hon 16 år gammal och hade tidigare studerat på grundskolenivå. I Sverige började hon på språkintruktionsprogrammet. Som många andra unga nyanlända studerade Farhia där för att få betyg i svenska och andra grundämnen inför gymnasiestudier. Efter ett år i Sverige blev Farhia erbjuden att delta i Mitt Livs Val. När hon beskriver sig själv och hennes situation vid den tidpunkten så är det ett liv utan sammanhang och förankring; *“Jag var ny i Sverige, jag visste nästan ingenting. Jag visste inte vad jag skulle börja med.”* Samtidigt fanns det en stor fråga inom henne: *“hur ska jag komma in i det här samhället?”*

För Farhia öppnade Mitt Livs Val dörrar in i det svenska samhället, men framför allt så bjöd det på förebilder som förändrade hennes syn på sig själv och hennes framtid. Hon beskriver det som att hon kom till Sverige med en bild av att hon skulle lära sig svenska, sitta hemma, gifta sig och få barn. Hon såg inte att hon hade en plats ute i samhället eller att hon skulle studera vidare. I Mitt Livs Val mötte hon kvinnor i olika åldrar som studerat vidare. Hon fick kunskap om att det är gratis att läsa på universitet och högskola i Sverige. Det här och andra kunskaper från Mitt Livs Val beskriver Farhia som att *“det öppnade stora dörrar för mig”*. Det fick henne att tänka om. Idag ser hennes framtidsplaner annorlunda ut.

*“Vi hade olika föreläsare som kom, så jag såg tjejer i olika ålder som har läst på universitet. **Så jag tänkte varför inte jag också?! Det inspirerade mig.** Till exempel mina föräldrar har aldrig läst till universitet, dom har läst grundskolan och högstadiet men sen fick dom inte läsa mer. Mina syskon har aldrig läst mer än grundskolan heller än. **Så jag tänker mig okej, jag kanske blir den första som har läst och klarat universitetet. I Mitt Livs Val hittade jag mitt mål och det är samma idag; jag vill plugga vidare till biomedicinsk analytiker.”***

Hon ser tydligt att hon har genomgått en omfattande personlig utveckling och upplever att Mitt Livs Val haft en avgörande roll. Vid frågan om hon ser någon skillnad mellan hur hon var då, 2018/2019, och nu år 2023 så ser hon stor skillnad. Som hon själv beskriver det:

***“En tjej som hade ingen väg och vet ingenting. En tjej som har mål och går vidare. Skillnaden är såhär stor.”***

*Via Mitt Livs Val fick jag skriva en bra CV och tills nu har jag den. Det var en CV-workshop där vi hade en CV-coach; det var en kvinna där hon berättade väldigt bra vad är en CV, vad man ska tänka, vad man ska ha på en CV. Så där jag skapade en bra CV och tills nu har jag den. Och den där CVn som jag skickade, direkt fick jag jobbet!*

- Amria Majidi, 25 år, Mitt Livs Val i Stockholm 2018-2020

**77%** anger att

## Mitt Livs Val har gjort det enklare att söka jobb

Arbetslösheten bland utriksefödda unga är tre gånger högre än för inrikes födda (MUCF, 2021). Många som kommer nya till Sverige saknar såväl nätverk som de kunskaper som krävs för att ta sig ut på arbetsmarknaden. Utöver de höga trösklarna för att ta klivet in så visar även en studie från Arbetsmiljöverket (2023/042947) att utrikesfödda har en sämre arbetsmiljö då de löper större risk för att bli diskriminerade och att de i dubbel så stor utsträckning blir utsatta för mobbning på arbetet. I likhet visar en kartläggning av Diskrimineringsombudsmannen över forskning kring diskriminering i rekryteringsprocesser att just utrikesfödda och personer med utrikesbakgrund oftare diskrimineras och väljs bort i urvalsprocesser. Diskrimineringen sker när de besitter likvärdig kompetens, men även då de har högre kompetens än andra kandidater (DO, R26 2023).

Det är otroligt viktigt att stötta unga nyanlända i byggandet av ett nätverk såväl som en kunskapsbank för arbetssökande och arbetslivets spelregler och förväntningar. Samtidigt ser vi på Mitt Livs Val att det finns ett stort behov av att fler blir medvetna om det som försvårar inträdet på arbetsmarknaden för utrikes födda. Det krävs en granskning och förändring av de exkluderande strukturer, fördomar och beteenden som försvårar både inträdet och upplevelsen på den svenska arbetsmarknaden för att säkerställa att utrikes födda får samma möjligheter. I Mitt Livs Val ser vi att möten mellan yrkesverksamma och unga nyanlända minskar förutfattade meningar.

77% av de svarande anger att kunskaperna och möjligheterna de fått i Mitt Livs Val gjort det enklare att söka jobb. Mellan städerna och grupperna framträder det tydligt att siffran är högre bland de svarande som har deltagit i Mitt Livs Val sedan tillägget av vårt arbetsmarknadsförberedande program FRAMÅT!. Programmet efterfrågades av våra deltagare och utformades efter deras önskemål samt behov. I grupperna över tidigare deltagare som medverkat i FRAMÅT! ligger siffran på mellan 80-92 procent. Det här visar tydligt att vår utökade programverksamhet inom arbetslivskunskap (FRAMÅT!-programmet) har ökat förmågan att ta sig ut i jobb. Det som också är anmärkningsvärt är att några beskriver att det var just via Mitt Livs Val som de fick sitt allra första extrajobb. I djupintervjuerna pratade samtliga om att det var genom Mitt Livs Val som de skapade ett proffsigt CV och fick möjligheten att söka jobb mer framgångsrikt.



# Vägen in i arbetslivet

Ett återkommande tema i såväl djupintervjuerna som de öppna enkätsvaren var hur Mitt Livs Vals program hade bidragit till både en ökad förståelse och kompetens som gjorde det enklare att ta sin plats på arbetsmarknaden. Det som flest angav hade betydelse var följande:

- Lättare att hitta och söka jobb
- Mitt Livs Val är bra att ha på CV:et
- Förståelse för olika yrken och arbetsmarknaden
- Kontakter i yrkeslivet

## Att våga ta sin plats och att tro på sig själv

I djupintervjun förklarade Farhia att hon innan hon började Mitt Livs Vals arbetsmarknadsförberedande program, FRAMÅT!, varken hade kunskap om vilka yrken som finns i Sverige och hur du ska gå tillväga när du söker jobb. Likaså förklarade Doaa och Amria att möten med yrkespersoner gav en ny bild av vad du kan jobba med i Sverige. Därtill så svarade både Farhia och Doaa att det var hjälpsamt med inslaget om rättigheter och skyldigheter i arbetslivet eftersom det också var okänt sedan tidigare. De kunskaperna bidrog till en större förståelse för arbetslivet och förmåga att hantera samt möta kraven som finns. Det som alla tre poängterar särskilt var möjligheten att få hjälp med sitt CV och få experttips som gör det riktigt bra. Amria och Farhia beskrev att det CV som de skapade under tiden på Mitt Livs Val är densamma som de använder idag och att det har gett dem flera olika extrajobb. En annan fördel med Mitt Livs Val var möjligheten att få referenser som kunde användas i arbetssökandet.

Sammantaget beskriver de alla att de här färdigheterna skapade ett större självförtroende och en trygghet i arbetssökandet. Det blev lättare att både ta sig in på nya arbetsplatser och att möta förväntningarna där. Samtidigt gav det en skön känsla av att veta sina rättigheter och skyldigheter för att säkerställa att det blir en bra upplevelse väl ute i arbetslivet.



# 89% känner att

## Mitt Livs Val ökat deras självförtroende och självkänsla

*Den hjälpte mig att utveckla mitt språk och kunna våga mig att prata framför de andra, jag menar att mitt livs val har höjt mitt självförtroende.*

- Kille, 23 år, Mitt Livs Val i Stockholm 2019

Forskning kring barn och ungas utveckling pekar på att en tillit till sin förmåga samt en tro på sitt eget värde är kritiskt för att kunna genomgå den utveckling och det lärande som krävs för att fungera i samhället. Att få bekräftelse från vuxna, såsom lärare, som visar att de tror på din förmåga är också avgörande för att utveckla motivation och självförtroende (Thomson & Wery, 2013). I Mitt Livs Val ser vi att självförtroende och självkänsla spelar en avgörande roll i våra deltagares förmåga att utvecklas och våga ta sig an de utmaningar som de möter. Att skapa en självförtroende nämns i enkäten bland flera svarande och hela 89% svarar att de upplever att Mitt Livs Val höjt deras självförtroende och självkänsla. I djupintervjuerna får vi möjliga förklaringar till detta.

Farhia förklarade exempelvis att hon upplevde att hon blev sedd och att någon satsade sin tid på henne och att detta tillsammans med inspirationen gjorde henne starkare i tron på sig själv och sin framtid. De kunskaper som hon kunde ta del av i Mitt Livs Val bidrog till att hon både vågade och kunde ta sin roll i samhället. I samklang delade Amria att han kände sig välkommen och att han genom Mitt Livs Val upplevde en trygg miljö där han kunde utveckla sina förmågor likväl som självkänsla.



# Att få utvecklas i en trygg miljö

Att få känna trygghet är ett grundläggande mänskligt behov och en grundförutsättning för utveckling av sig själv och sina förmågor. Det här beskrivs tydligt av Amria som förklarar att *“MLV, eller andra organisationer som MLV, ger en trygghet för en ungdom”*. Amria berättar att det första han fick av Mitt Livs Val var en trygghet i sig själv och en plats där han kunde våga prata och utveckla sig för att sedan ta steget mot att öppna nya dörrar i samhället och ta kliv ut i nya sammanhang på egen hand. Som ny i Sverige förklarar Amria att han upplevde att många dörrar i samhället var stängda för honom, ibland rent fysiskt och i andra fall språkligt och kulturellt då han saknade de kompetenser som krävdes för att exempelvis få ett extrajobb eller förstå det svenska utbildningssystemet. Mitt Livs Val var en tryggt plats och därigenom kände Amria att han började tro på sig själv och att han lärde sig att våga vara sig själv. Samtidigt fick han utmanas i att möta olikheter, att lära sig att förhålla sig till olika kulturer och svenska värderingar och normer.

***“Det lärde mig att vi alla är människor och att acceptera och respektera alla.”***

## ***“MLV behövs i samhället”***

För Amria var Mitt Livs Val en trygg hamn, men också en plats för utveckling där unga exponeras för olikheter samt lär sig respektera och acceptera mångfald. Det här bekräftas av andra tidigare deltagare. I intervjuerna med Doaa och Farhia så nämner de likartade upplevelser. Farhia förklarar att medverkan i Mitt Livs Val var som att gå från att nästan inte ha någon tanke om hur och vad som finns i Sverige eller hur du ska komma vidare till att känna att väggar raderas och stora dörrar öppnas för dig, både bildligt och bokstavligen. Dörrar till arbetsmarknaden och universitetsvärlden. Vid frågan om kunskaper och lärdomar från Mitt Livs Val svarar Doaa att just visa respekt samt att förstå och acceptera olikheter var det viktigaste hon lärde sig hos Mitt Livs Val. Genom de möten och diskussioner som programmen erbjöd kände hon att hon förstod att vi ofta kunde ha olika tankar och idéer, men att det ändå är möjligt att förstå varandra och att hitta gemensamma nämnare och värderingar som vi kan förenas kring. De är alla överens om att Mitt Livs Val spelar en viktig roll i att förmedla detta. Amria uttryckte tydligt att *“MLV behövs i samhället”* för att både skapa mer förståelse, acceptans och gemenskap i samhället, men likväl för att ge individer tryggheten som krävs för att bygga en självförtroende och ett självförtroende när du är ny i Sverige.





# *Ett motiverande, engagerande och inkluderande program*

- Tjej, 20 år, Mitt Livs Val i Stockholm 2020-2021

# 87% tycker att

## Mitt Livs Val har gjort det enklare att nå framtidsmål

Att ha mål och drömmar har många bevisade positiva effekter på individens liv och mående. Genom att sätta upp ett mål samt arbeta aktivt mot det skapas en känsla av mening med ens liv och en riktning för det. Detta bidrar till framåtrörelse samt en större chans att lyckas, vilket i sin tur ger bättre självförtroende. Sammantaget ökar det individens generella välmående och hälsa ([Locke & Latham, 2002](#); [Emmons, 2003](#)). Det är också därför Mitt Livs Vals program fokuserar på att stödja unga nyanlända i att formulera och hitta vägen för sina målbilder.

I enkäten svarade hela 87% att de upplever att Mitt Livs Val har gjort det enklare för dem att nå sina framtidsmål. Några av respondenterna har beskrivit hur programmen möjliggjort möten med nya människor, tillgängliggjort viktig information och varit ett stöd på vägen; vilket gjort framtidsmålen mer uppnåeliga. Det här handlar framför allt om mål kopplade till utbildning och arbete vilket i sig är naturligt då det är dessa två områden som utgör huvudfokus i Mitt Livs Vals program.

### En väg till målet

I intervjuerna med Doaa, Amria och Farhia beskrev envar att de på Mitt Livs Val exponerades för tankar och övningar kring just mål. För några var målet tydligt, men inte vägen dit. För andra, som Farhia, så blev Mitt Livs Val startpunkten för att både söka och finna målet. I Farhias fall tog målbilden om att studera på universitet till biomedicinsk analytiker form under tiden på Mitt Livs Val. Det är möjligheten att formulera sitt mål, att hitta vägar för att nå dit och att få lyssna till samt inspireras av andra som de alla benämner. Det är värdefullt och kraftfullt. Trots att Amria, Farhia och Doaa har en bit kvar mot sina respektive framtidsmål så kan de idag se att de har kommit en bra bit på vägen. Motivationen och verktygen för att fortsätta framåt lever kvar. De har med sig en känsla av att det är möjligt och att de en dag ska nå dit.

*“Jag tycker att programmen var grymt och spännande under den tiden. De har hjälpt mig att nå mina drömmar under gymnasiet och gjorde det lättare att hitta olika jobb. Att vara med i programmen kändes jättebra och har motiverat mig så bra. Jag är så tacksam att vara med.”*

- Tjej, 20 år, Mitt Livs Val i Göteborg 2018-2021



## När andra går, måste jag springa

Att komma ny till Sverige i tonåren innebär en längre studieresa. Det kräver inte bara att du tar dig igenom en treårig gymnasieutbildning. Ofta innebär det två-tre år extra av studier på språkintrödn för att lära dig svenska språket och klara nationella prov i grundämnen. Det här orsakar ofta stress och oro över hur det ska gå och en känsla av att ligga efter andra jämnåriga som är födda i Sverige.

För Doaa som kom till Sverige vid 15 års ålder beskriver hon det som en känsla av att "när andra går, måste jag springa". Springa för att komma ikapp och klara det som är självklart för andra som växt upp med svenska språket och förstår svenska utbildningssystemet. "Dom bara går känns det som medan jag springer för att hinna vara med dom och göra det dom klarar och sånt här. Så det här också ger mig en sån känsla för att fortsätta och visa mig själv och andra att jag klarar det."

För Doaa blev Mitt Livs Val en plats där hon kunde börja tänka på sin framtid, sätta mål och se hur du kan skapa en väg dit. Att både få träffa olika yrkespersoner och studenter som kunde inspirera och stötta med studiemål var värdefullt. Särskilt beskriver Doaa att det har varit avgörande att få möjligheten att utveckla svenska språket.

*"När man lär sig språket man kan fortsätta. Även om man har motivation, mål och tankar om du inte har språket du kommer inte fortsätta för du stannar där. Din hjärna kommer fortsätta men du kommer stanna där för att du inte har språket. Du behöver någon som du kan prata svenska med. Du kommer inte klara gymnasiet om du inte pratar svenska så språket tycker jag, där fick vi hjälp från mentor, vänner och på olika sätt [i Mitt Livs Val]."*

**Om du skulle beskriva Mitt Livs Val med ett ord? Motivation** svarar Doaa. Vidare beskriver hon att just möjligheten att lyssna till andra och förstå vad som väntar längre fram om du klarar gymnasiet och väljer att studera vidare gav henne en stark motivation att fortsätta framåt och genomgå alla Mitt Livs Vals tre program. Att studera vidare är fortfarande en del av framtidsplanen:

*"Jag vill ha bättre framtid för det första. Jag vill ha bättre framtid för mina barn också. Jag vill att dom ska se där är min mamma; [med en bra utbildning och ett bra jobb]."*

**87%** upplever att

## Mitt Livs Val gett värdefull och användbar kunskap

Många tidigare deltagare beskriver att Mitt Livs Val blev som en brygga in i det svenska samhället. Genom programmen och möten med olika nyckelpersoner så fick de en bättre förståelse för hur det fungerar inom utbildning och arbetsliv i Sverige. Många kunskaper som svenskfödda tar för givet fick deltagarna vetskap om för första gången i Mitt Livs Val. Det kan handla om vetskapen att det är gratis att studera vidare på universitet och högskola eller vikten av att svara med ditt namn i telefon när du väntar samtal från en potentiell arbetsgivare. I våra djupintervjuer och i enkätsvaren kan vi utläsa att det framför allt handlar om kunskap inom utbildning och arbete, men även kring mål och hur du kan bygga en väg mot framtiden. Därtill anger många att Mitt Livs Val utvecklade deras svenska. Inom utbildning nämndes sådant som utbildningssystemet, studieteknik och högre utbildning. Vad gäller arbete så handlar det om att få veta mer om arbetsmarknaden generellt, arbetslivets krav samt rättigheter och skyldigheter, men även konkreta verktyg för arbetssökandet såsom CV och arbetsintervju.

### 92% förbättrade sin svenska hos Mitt LivsVal

Svenska är ett krav för att unga nyanlända ska ta sig vidare till och få en svensk gymnasieutbildning. Ofta är svenskkunskaper även ett krav i arbetslivet. På det sättet blir svenska språket den nyckel som kan låsa upp dörrarna mot framtiden. Det är just så vissa tidigare deltagare beskriver det. Vi vill därför lyfta att hela 92% av respondenterna anger att Mitt Livs Val bidragit till att förbättra deras svenska. Det här är värdefullt för skolan såväl som arbetslivet. Likväl ser vi hur svenskkunskaperna ökar de ungas möjligheter till aktivt samhällsdeltagande, en känsla av tillhörighet i svenska samhället, förmåga att knyta kontakter och ta sig vidare mot sina olika framtidsdrömmar. Kort sagt är det en grundförutsättning för möjligheten att ta sig framåt och känna mening.

## Kunskap som gör skillnad

### UTBILDNING

- Svenska utbildningssystemet
- Högre utbildning
- Studieteknik

### ARBETE

- Svenska arbetsmarknaden
- Arbetslivets krav
- CV, personligt brev och arbetsintervju
- Rättigheter och skyldigheter i arbetslivet

### SVENSKA SPRÅKET

- Utökad ordförråd
- Ökad förmåga att tala svenska

### MÅL OCH FRAMTID

- Planering och visualisering av mål
- Förståelse för olika möjligheter och vägar inom utbildning och arbete

# Svenska språket är en nyckel till framtiden

Utan svenska språket, ingen framtid i Sverige. Ungefär så sammanfattar Doaa det när vi kommer in på frågan om hur det var för henne att lära sig språket och om Mitt Livs Val var hjälpsamt i språkutvecklingen. Hon förklarar hur utmanande det är att lära sig svenska språket när du befinner dig på ett språkintrouktionsprogram där samtliga elever inte kan svenska. Detta kom också upp och beskrevs som en utmaning i djupintervjuerna med Farhia och Amria. Samtidigt delade alla tre positiva upplevelser av att kunna utveckla sin svenska inom Mitt Livs Vals verksamheter. Det handlade om att exponeras för nya ord och uttryck, att ställas inför nya situationer och att få möta nya personer som är etablerade i Sverige.

De berättade också att Mitt Livs Val blev en språngbräda för att våga prata inför andra och ta kontakt med nya personer. Här betonade de vikten av det trygga och öppna klimat som programmen erbjöd vilket gjorde det enklare, om än inte lätt, att utveckla sin svenska och att prata trots felsägningar och osäkerhet.

Forskning (Sharif [2017](#); [2018](#)) visar just detta; att många nyanlända hamnar i ett vakuum där de har svårt att utveckla språkkunskaper då det saknas kontaktytor för språkinlärning med svensktalande personer. Det här bryts genom Mitt Livs Val där deltagarna får träffa såväl universitetsstudenter som yrkespersoner som pratar svenska. De får även möta andra som kommit nya till Sverige och som kommit längre i sin språkutveckling, vilket i sig underlättar både inlärningen av svenska och motivationen för att fortsätta sin egna språkinlärning trots att det är utmanande och tidskrävande att komma till punkten för att behärska ett nytt språk.



# Utanförskapets pris

Unga nyanlända upplever ofta en vilshenhet och avsaknad av förankring och mening under sina första år i Sverige. För vissa kan detta bekräftas om de inte hittar ett sammanhang där de känner sig trygga och kan utvecklas. Som beskrivet i djupintervjuerna så upplevde både Amria och Farhia en form av vakum och osäkerhet kring sin plats, roll och framtid i Sverige.

Det här bekräftas av forskning på området där exempelvis Sharif (2017; 2018) påvisar att unga som kommit nya till Sverige i tonåren blir segregerade mentalt, fysiskt och socialt. Sällan får dessa unga kontakt med etablerade och svenskfödda. De fastnar i ett parallellsamhälle där möjligheterna att bygga nätverk samt socialt, språkligt och kulturellt kapital är oerhört begränsade. I förlängningen halkar de efter än mer i byggandet av en utbildning, en ingång till arbetsmarknaden och som samhällsdeltagare. Framtidstron och självkänslan blir lägre och möjligheterna få. Det här tomrummet och utanförskapet är också skadligt på ett personligt plan, det ser vi ofta på Mitt Livs Val. För att motverka och förebygga så skapar vi mötesplatser som bygger kapitalet som behövs: nätverk, språk, sociala kompetenser och kunskaper inom utbildning och arbetsliv. Vad blir då effekten? Med Amrias ord:

*“Via MLV [Mitt Livs Val] fick jag skapa ett jättestort nätverk där jag fick nya vänner, lära känna andra människor, andra kulturer och MLV har gett mig jättemycket information om Sverige; hur fungerar svenska systemet, samhället och hur kan snabbt man lära svenska språket”. Eller som Farhia beskriver det: “Nu känner jag att jag integrerat mig jättemycket. Jag tar min roll i samhället. Om jag ska beskriva; en tjej som hade ingen väg och vet ingenting, en tjej som har mål och gå vidare. Skillnaden är såhär stor.”*

Så vad är värdet i det förebyggande arbetet som vi bedriver på Mitt Livs Val? Visst är det svårt att helt kvantifiera och påvisa vinsterna, men det finns forskning som påvisar dess värde. Vikten av förebyggande insatser och de ekonomiska aspekterna av utanförskap analyseras av MUCF i rapporten Utanförskap och unga. Där fastslås att kostnaden för att förebygga ungas potentiella utanförskap ofta är låg i jämförelse med prislappen för olika former av utanförskap (MUCF, 2022). Oftast uppstår, eller sammanfaller, utanförskapet med misslyckad skolgång och avsaknad av en meningsfull fritid där unga får social trygghet och bekräftelse. **Kostnaderna för olika former av utanförskap beräknas mellan 1.4-11.5 miljoner kronor** för en person när hen nått tidig vuxenålder. I jämförelse är prislappen för förebyggande arbete väsentligt lägre. Slutsatsen och uppmaningen är därmed att tidiga insatser och förebyggande åtgärder kring ungas skola och fritid bör ses som en social investering med potentiellt hög avkastning (MUCF, 2022).

*Jag var bara hemma och i skolan. Jag hade ingen vän och på min skola gick nästan bara utländska elever som jag pratade mitt språk med, inte svenska. Vi integrerades inte med andra.*

- Farhia Mohamed, 21 år, Mitt Livs Val i Göteborg 2019-2021







## Förebygga, stärka och inkludera

På Mitt Livs Val är målet att våra insatser ska nå de unga nyanlända tidigt. På det sättet kan vi vara en del av deras utveckling och resa när de fortfarande är i starten av att formulera sin mål och bygga sin väg mot självständighet. Vi kan bidra till att stärka deras koppling till svenska samhället, underlätta deras skolgång genom stöd och mentorskap samt stötta dem ut i arbetslivet genom yrkesverksamma kontakter och möjligheter till praktik och extrajobb. För oss är det tydligt att det har ett värde. Det visar våra programutvärderingar. Genom den här undersökningen som omfattar tidigare deltagare får vi bekräftat att våra insatser också är värdefulla i ett längre perspektiv. Således styrker det vår tro på kraften i, och vinsterna med, det förebyggande arbetet som ofta hamnar i skymundan.

Det finns ofta pengar vid akuta situationer, men alltför sällan när det handlar om att arbeta förebyggande. Detta trots att många studier visar på att det i längden är mer kostnadseffektivt. Dessutom påvisar forskning på området att det blir dyrare ju längre tiden går och att ju tidigare insatser sätts in desto bättre (MUCF, 2022).

Mitt Livs Val, precis som MUCF, tror på att arbeta med ungas delaktighet och motivation. För att insatser ska ge positiv effekt behöver vi ha vår utgångspunkt i det friska och stärkande perspektivet. Inte sällan delar våra deltagare att de tidigare upplevt att det inte funnits vuxna som lyssnat på dem och investerat sin tid i deras utveckling. Det handlar också om att denna målgrupp, unga som kommit nya till Sverige, i skolans värld möts av stor misstro till deras förmåga att klara skolan och studera vidare. Om den här bilden inte utmanas blir den många ungas egna självbild och de kan helt förlora självtilliten och motivationen till studier och arbete. Om de istället för möta förebilder som de kan spegla sig i och får frågan om vad de vill och vad de kan så blir fokuset något helt annat och effekten likaså. De unga börjar se en ljus framtid, får ett stärkt aktörskap samt en positiv självbild. Det är så våra insatser på Mitt Livs Val bidrar till ett skifte i unga nyanländas syn på sig själva och sin framtid.

# Kraften i Mitt Livs Val

I slutet av enkäten bad vi våra tidigare deltagare att berätta vad de tycker om Mitt Livs Val, dels vad de tyckte om programmen och hur det kändes att delta. Majoriteten svarade att det hade varit bra, vissa utvecklade detta med exempel på hur de upplevde att det varit bra. Det vanligast förekommande var följande:

- **Användbar och värdefull kunskap**
- **Ett utökat nätverk (nya kontakter och nya vänner)**
- **Lättare att hitta och söka jobb**
- **Hjälp med framtidsmål**
- **Givande och vägledande när du är ny i Sverige**
- **Kul och positivt**

Det här bekräftas också av de djupintervjuer vi genomförde med tre tidigare deltagare. Doaa, Farhia och Amria talade alla om tillgången till värdefull kunskap, att få möta nya människor, ha roligt med andra samt att de fått vägledning som hjälper när du är ny i Sverige för att hitta och ta sig till sina mål för framtiden. Doaa som var med i Mitt Livs Val i Göteborg mellan 2019-2021 berättar:

*“Att vara med i Mitt Livs Val ger mycket information, du har roligt och får vänner. Dom tre är jätteviktigt för dom som inte har varit i Sverige så länge. Jag fick lära mig hur den svenska arbetsmarknaden ser ut. Hur ska man göra för att fortsätta att plugga till universitet. Vad behöver man göra för att klara gymnasiet. Vilket mål ska man sätta så man ska nå sitt mål och vad behöver man göra för att uppnå målet. Genom att träffa yrkespersoner och de som pluggar på universitetet kan man förstå hur livet blir. Det är bra att veta vad som kommer hända, du kommer ha mer motivation för att fortsätta.”*

Kraften i Mitt Livs Val är i mångt och mycket de ungas egna vilja, motivation och drivkraft. Men unga nyanlända får inte näring för att kunna växa och blomstra utan möten med andra i samma situation som du kan ha med dig på resan mot målet och ha roligt med längs vägen. Lika viktigt är det med mentorer och förebilder inom högre utbildning och arbetslivet. De visar att det är möjligt att nå målet och att det finns många alternativ för att nå dit. Genom våra program börjar de gå från dröm till verklighet. I vår verksamhet ser vi unga nyanlända nå sina utbildningsdrömmar.

Det är rätt  
plats om du  
är ny Sverige

- Tjej, 19 år, Mitt Livs Val i Göteborg 2021

Mitt Livs Val är ett grymt  
program som hjälper  
ungdomer att utveckla sig  
igenom plugg och arbete.

- Kille, 23 år, Mitt Livs Val i Stockholm 2019

Jag älskar det  
programmet, riktigt  
lärorikt och ett bra  
sätt att socialisera  
med andra!

- Tjej, 21 år, Mitt Livs Val i Stockholm 2020-2021



## Tack

I lika stor utsträckning som den här rapporten har syftat till att djupdyka i de långtgående effekterna av våra program för de unga nyanlända som deltar, vill vi att den ska verka som en påminnelse om kraften i inkludering. Kraften i inkludering har gjort det möjligt för våra deltagare att ta sig an och in i det svenska samhället. Det har öppnat nya dörrar till framtiden genom möten med förebilder inom universitets- och företagsvärlden. Likaså har det ökat känslan av delaktighet, mening och framtidstro för unga nyanlända. Att någon tror på dig och ser dig är avgörande. Utan det hamnar många av de unga utanför samhället och ser inte att de har ett värde och en möjlighet att bidra.

Vi vill rikta ett stort, varmt tack till alla de fantastiska unga nyanlända som varit en del av Mitt Livs Vals olika program och framför allt till de som tagit sig tid att svara på vår enkät. Ett extra tack till Farhia Mohamed, Doaa Bradiy och Amria Majidi som också deltog vid enskilda djupintervjuer för att ge oss mer insikt kring de långtgående effekterna av Mitt Livs Vals verksamhet.

Vi sänder även ett innerligt tack till alla som stöttat och bidragit till Mitt Livs Vals arbete genom åren. Vi har haft förmånen att bygga Mitt Livs Val och ge fler unga nyanlända framtidstro genom våra engagerade samarbetspartners inom universitet och högskola, näringsliv och civilsamhället. Det är tveklöst att Mitt Livs Vals effekter och påverkan på unga nyanlända och samhället i stort kommer från det vi skapar tillsammans med partners och engagerade volontärer. Tack för era insatser, nu och då.

Vi har så mycket att vinna på att tänka långsiktigt och satsa på de ungas drömmar och utveckling i ett tidigt skede. Det här ser vi i vår egen undersökning, i vårt dagliga arbete och i forskningen.

Avslutningsvis, med vår tidigare deltagare Farhia Mohameds ord:

*Det finns ingen person idag som vill ge sig din tid, men på Mitt Livs Val kom personer och gav sin tid och inspirerade oss. Ni såg oss. Man fick motivation och man blev starkare för att gå vidare med livet.*



MITT  
LIVS  
VAL

**Mitt Livs Val insamlingsstiftelse**

Mellangatan 1, 413 01 Göteborg  
[mittlivsval.se](http://mittlivsval.se)

Mitt Livs Val är en insamlingsstiftelse som arbetar för ett inkluderande samhälle där unga har förutsättningar att påverka sin framtid.