



# Volontärbarometern

Rapport om ideellt engagemang 2020

**/Volontärbyrån/**

# Innehåll

**3** Förord

**4** Höjdpunkter

**5** Vem engagerar sig?

**6** Hur ser engagemanget ut?

**12** Värdegrunden viktigast för volontärerna

**15** Engagemanget ger mening

**17** Äldres engagemang

**20** Engagemanget under corona

**21** Trender och framtids-  
spaningar

@Volontärbyrån 2020

Sammanställd av: Emelie Edin, Calle Norling och Anna Snell

Layout: Calle Norling

Foto: Henrik Waardahl omslag, s. 18-19, s. 21, Erik Cronberg s. 3, Magnus Crépin Sundström s. 7, Joel Ahlgren s. 11

ISBN: 978-91-984534-6-1

Tryck: Publit

## **Om Volontärbyrå**

Volontärbyrå hjälper människor och ideella organisationer att hitta varandra och gör det enkelt att engagera sig ideellt. Volontärbyrå förmedlar volontäruppdrag från organisationer över hela Sverige och utbildar och stödjer föreningar i frågor om ideellt engagemang.

Under 2019 förmedlade vi 10 093 intresseanmälningar till 490 organisationer och hade 1524 deltagare på våra utbildningar och seminarier.

Volontärbyrå har funnits sedan 2002 och vi är en ideell verksamhet inom intresseorganisationen Forum - idéburna organisationer med social inriktning. Forum arbetar för att ideella sektorn ska ses som en central del av samhällsutvecklingen, demokratin och välfärden.

# Hej!

När vi publicerar den femtonde upplagan av Volontärbarometern befinner vi oss mitt i coronakrisen, som har skakat om hela vårt samhälle. Naturligtvis har det även påverkat det ideella engagemanget. Vi ser en fantastisk mobilisering för att hjälpa till i krisen, och samtidigt har restriktionerna och rekommendationerna satt engagemanget på prov. Utöver att titta på det ideella engagemanget under 2019 har Volontärbyrån följt engagemanget under coronakrisen och skriver i denna rapport om vad vi sett hittills.

Oavsett corona så visar all forskning att engagemanget är högt och stabilt, och vår rapport visar detsamma, där vi bland annat ser ett ökande engagemang för frågor som rör klimat och hälsa. Vi kan konstatera att människor verkligen vill engagera sig och bidra, och att de får tillbaka gemenskap, meningsfullhet och en möjlighet att aktivt delta och påverka sin egen situation. Framtiden ser mycket ljus ut för det ideella engagemanget – hela 96 procent av volontärerna vill fortsätta att engagera sig, och en tredjedel av volontärerna i vår undersökning hittade sitt allra första ideella engagemang via Volontärbyrån.

Coronakrisen bekräftar att det ideella engagemanget är viktigare än någonsin, och vår förhoppning är att vi också kan se positiva effekter. I denna rapport vittnar flera att de länge tänkt engagera sig, och att coronakrisen fått dem att börja. Vi ser också en digital omställning, och kanske öppnar detta upp för nya former av engagemang där fler kan känna sig inkluderade? Det kommer oss alla till godo när fler ges möjlighet och vill engagera sig ideellt, och är en viktig pusselbit i en stark demokrati och ett gott samhälle.

*Maria Alsander*

**Maria Alsander**  
Verksamhetsledare Volontärbyrån



## Om Volontärbarometern

Undersökningen genomfördes i april 2020. Enkäten skickades ut till samtliga personer som hade sökt ett volontäruppdrag på [www.volontarbyran.org](http://www.volontarbyran.org) under 2019. 1259 personer svarade på enkäten. Ytterligare en enkät skickades ut till alla samordnare vid de organisationer som använt förmedlingen för att söka frivilliga eller som gått en av våra utbildningar under 2019. 246 organisationsrepresentanter svarade på enkäten.

# 10 höjdpunkter

**95%**

mår bättre efter att ha engagerat sig ideellt

**67%**

känner sig mindre ensamma

**40%**

upplever att deras ideella engagemang hjälpt dem i arbetslivet

**98%**

upplever att de påverkar samhället i en positiv riktning

**90%**

känner gemenskap med andra och får nya vänner

**67%**

har inspirerat andra till att engagera sig ideellt

**54%**

lägger mer än 6 timmar i månaden på sitt engagemang

**97%**

har fått ett mer meningsfullt liv

**96%**

vill engagera sig i framtiden

**80%**

säger att engagemanget i deras organisationer ökat

# Vem engagerar sig?

De som söker ideella uppdrag via Volontärbyråns förmedling bor oftast i större städer och många söker ett ideellt uppdrag för första gången. Vi ser att allt fler med utländsk härkomst engagerat sig och även något fler pensionärer. I övrigt så ser siffrorna väldigt lika ut jämfört med tidigare år. Många har en högre utbildning eller så studerar de fortfarande, men de allra flesta är heltidsarbetande.

Det är många kvinnor som söker uppdragen, något som troligtvis beror på att det är många organisationer med social inriktning som söker volontärer via Volontärbyrå. I likhet med andra studier om ideellt engagemang så söker sig ofta kvinnor till just dessa typer av uppdrag medan män oftare engagerar sig i exempelvis idrottsföreningar. Andelen kvinnor respektive män som engagerar sig skiljer sig dock inte märkvärt åt om en tittar på det ideella engagemanget på befolkningsnivå.

# 34%

av volontärerna engagerade sig för första gången

Det är vanligt att man som ideell också rekryterar och samordnar andra volontärer. Var fjärde person i vår organisationsundersökning, som främst är de som använder Volontärbyråns förmedling för att söka efter volontärer, svarar att de själva är ideella, ofta som styrelseledamot eller ordförande i sin förening.

## Om volontären

Ålder		Kön		Syssetsättning	
Yngre än 16	<1 %	Kvinna	84 %	Heltidsarbetande	39 %
16-25	18 %	Man	14 %	Studerande	23 %
26-35	26 %	Annan könsidentitet	1 %	Pensionär	18 %
36-45	16 %	Vill ej ange	<1 %	Deltidsarbetande	10 %
46-55	14 %			Arbetsökande	7 %
56-65	12 %			Sjukskriven	2 %
65 och äldre	13 %			Föräldraledig	1 %

Hemort		Högsta utbildning		Bakgrund		
Storstäder	76 %	Högskola/universitet	62 %	Sverige	Övriga länder	
Mellanstora städer	19 %	Gymnasium	22 %	Jag	82 %	18 %
Mindre orter	5 %	Annan eftergymnasial utbildning	10 %	Föräldrar	68 %	32 %
		Grundskola	6 %			

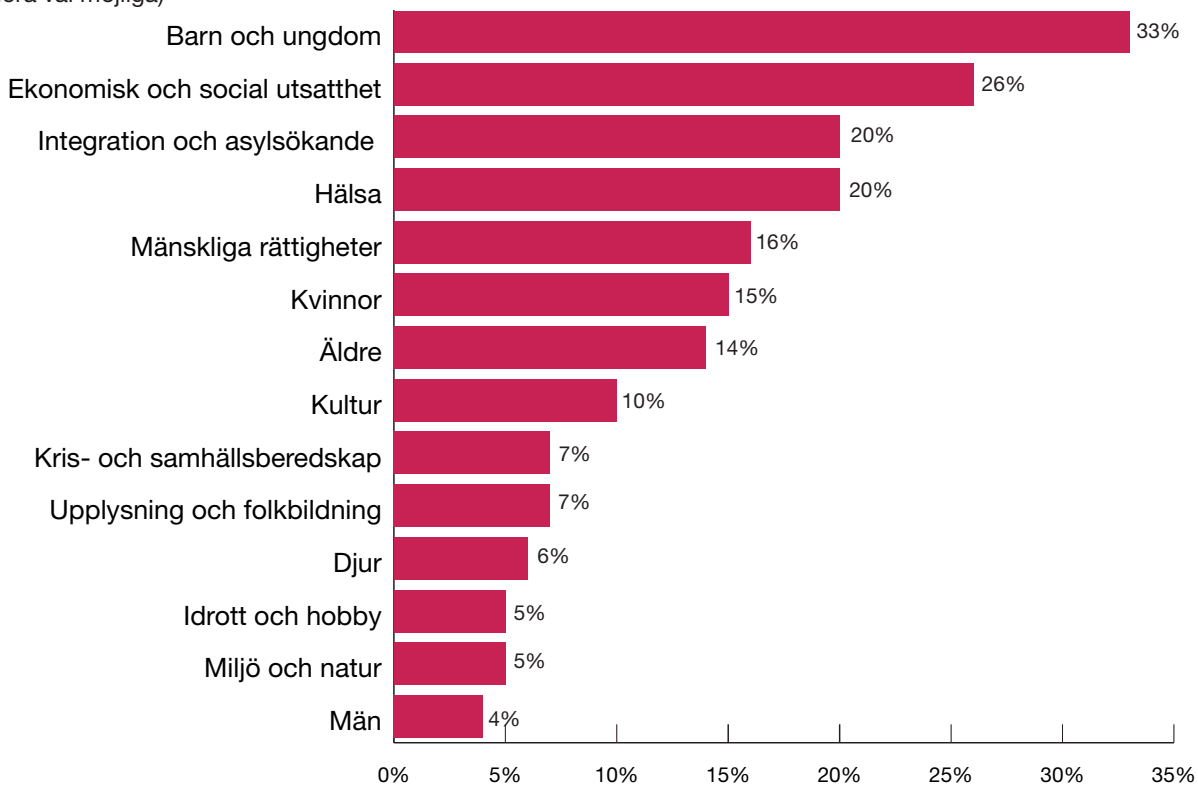
# Hur ser engagemanget ut?

Engagemanget är stabilt och majoriteten engagerar sig för samma typ av ändamål som tidigare år, där barn och unga, social utsatthet och integration är det som engagerar flest. Dock går det att se vissa förändringar. I jämförelse med förra årets barometer visar svaren på en minskning av intresset för språkträning och läsläsning samt asyl och integration. Minskningen behöver inte tolkas som att behoven av volontärer har minskat utan kanske snarare att samhällsdebatten kring frågan skiftat fokus och media inte rapporterar lika mycket om detta som för ett par år sedan. Dessutom hör vi från organisationer att mycket av den finansiering som fanns för att starta integrationsfokuserade aktiviteter i samband med flyktingsituationen 2015/2016 inte finns tillgänglig i samma grad längre.

I jämförelse med förra årets barometer kan vi se en ökning i intresset för engagemang inom området hälsa, något som varit på tapeten i media mer och mer under senaste åren, när det skrivits om psykisk och fysisk hälsa.

## Inom vilket område har du engagerat dig under 2019?

(Flera val möjliga)



Det som de allra flesta sökt sig till är frågor som rör barn och unga, ekonomisk eller social utsatthet, integration och mänskliga rättigheter. Uppdragen inom dessa områden kan variera och omfatta allt från engångsuppgifter vid evenemang till ledaruppdrag i ungdomsidrott eller att vara förtroendevald i en organisations styrelse. De mest populära uppdragen under 2019 i Volontärbyråns förmedling handlade om att delta i gemensamma julfiranden, bemanna stödchatt till unga som mår dåligt, vara besöksvolontär till de som känner sig ensamma och hjälpa till att transportera sjuka djur.

De under 25 år vill främst engagera sig ideellt för att påverka samhället i en positiv riktning och engagerar sig ofta för just unga. De över 25 år anger att de främst vill engagera sig för att stödja och hjälpa andra och är även de mest aktiva inom frågor som rör barn och unga.

## Vilken typ av uppgift har du gjort under 2019?

(Flera val möjliga)



## Engagemangsforskaren: Det stämmer inte att "ingen vill engagera sig längre"

"Den form av medborgerligt engagemang som brukar benämnas ideellt arbete uppvisar en slående stabilitet. Omfattningen i befolkningen, alltså hur stor andel av befolkningen som gör det har inte ändrats nämnvärt under den tid vi har undersökt det.

Drygt hälften av den vuxna befolkningen (16–84 år) har arbetat ideellt under åtminstone en gång under de senaste 12 månaderna. Eftersom det ideella arbetet inte minskar, inte heller bland unga människor, stämmer inte uppfattningen att 'ingen vill engagera sig längre'.

Det finns förstås olika uppfattningar om värdet av medborgerligt engagemang och de är i grunden politiska uppfattningar om hur det goda samhället bör vara. Jag menar att en viktig aspekt är att t.ex. ideellt arbete gör det lättare för medborgarna att både känna sig och verkligen vara delaktiga i hur samhället utformas.

Vi kan visa att de som arbetar ideellt i högre grad än andra deltar i politiska processer som protester och påverkan av politiker. Dessutom är ideellt arbete för många mycket meningsfullt, människor får möjlighet att tillsammans med andra bidra till något som sträcker sig utanför det egna privatlivet."



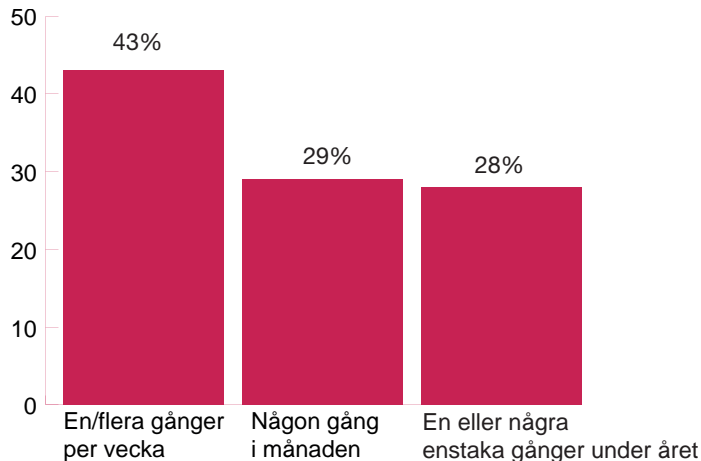
Johan von Essen vid Ersta Sköndal Bräcke Högskola, som sedan 2005 forskar kring det ideella engagemanget



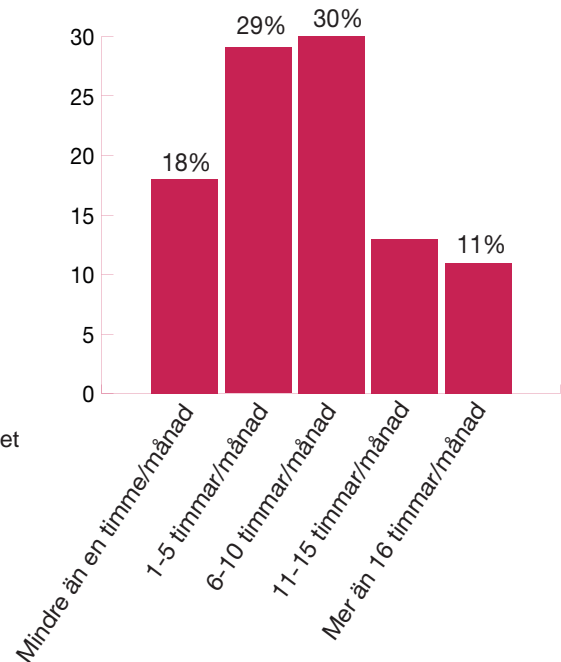
## Engagemang och tid

De som engagerat sig ideellt under 2019 lägger alla mycket tid på sitt engagemang. Mer än hälften lägger sex timmar eller mer i månaden och hela 43 procent engagerar sig en eller flera gånger i veckan. Jämfört med förra årets undersökning ser vi en ökning hos dem som lägger många timmar på sitt engagemang, de lägger nu ännu mer tid på sina uppdrag. De allra flesta är engagerade på mer än ett sätt, de har flera olika uppdrag och kan även vara aktiva i olika organisationer. Fyra av tio är aktiva i fler än en organisation, och så många som drygt tio procent är aktiva i tre eller fler organisationer.

### Hur ofta har du engagerat dig?



### Hur många timmar per månad har du engagerat dig?



### – Det är häftigt att se att volontärerna drivs av lust och inte av att få betalt



Marie Blomqvist Falkenö,  
Danmark-Funbo församling  
Svenska kyrkan

”Jag har huvudansvaret för att samordna volontärer som vill engagera sig inom det arbete som vi bedriver i vår församling. När coronapandemin slog till med full kraft ställde vi inte in vår verksamhet helt, utan vi ställde om och försöker nu möta de nya behov som uppstått.

Tillsammans med Röda Korset organiserar Svenska kyrkan i Uppsala handlingshjälp till individer i riskgrupp. Det är ett stort antal volontärer som engagerar sig i det. Utöver handlingshjälpen så har vi i församlingen även ringt runt till alla medlemmar över 85 år för att berätta att vi finns om de behöver hjälp eller bara någon att samtala med.

Volontärerna som engagerar sig gör ett fantastiskt jobb, och det är häftigt att se att de drivs av lust och inte av att de får betalt för att hjälpa till. Samtidigt som vi får ovärderlig hjälp så får även volontären ut mycket av att engagera sig, att vara volontär och ge av sin tid blir en intressant och meningsfull ingrediens i livet.”

## Engagemanget smittar av sig

För första gången har vi i år frågat om andra typer av engagemang och vi ser tydligt att ett aktivt engagemang i en ideell organisation också skapar engagemang på andra sätt. Nästan 30 procent säger att de brukar delta i demonstrationer, skriver under namninsamlingar eller upprop. Bland de som inte engagerat sig är det cirka 20 procent som är aktiva på detta sätt. Närmare 40 procent av de som engagerat sig ideellt säger att de brukar skänka pengar regelbundet eller vid enstaka händelser. Särskilt intressant är det att var fjärde inte bara engagerar sig i en organisation utan även gör informella insatser för grannar, vänner och bekanta. 67 procent säger dessutom att de har inspirerat andra att engagera sig ideellt. Detta går i linje med det som forskning visar om hur ideellt engagemang skapar en samhörighet med andra och ansvarskänsla för vad som sker i samhället. Det ideella engagemanget bidrar till att vi engagerar oss ytterligare, får upp ögonen för fler frågor och känner medmänsklighet med andra.

## Många vill ge tillbaka

Den inre drivkraften hos människor att vilja göra något konkret, att påverka samhällsutvecklingen och stödja och hjälpa andra är tydligt de främsta anledningarna att man tar steget att söka ett ideellt uppdrag. Att känna mer meningsfullhet i livet och känna gemenskap med andra bidrar även det starkt till varför människor vill engagera sig ideellt.

Egna erfarenheter av en viss situation eller att själv ha levt i utsatthet är något som många ger exempel på som en bidragande faktor till engagemang för en viss fråga. Det kan också ha att göra med att man själv känner att man har ett bra liv och vill ge tillbaka eller ge vidare till andra som inte har eller har haft det lika bra som en själv. 15 procent säger att de ser det som sin plikt att engagera sig ideellt och flera av dessa personer vittnar om att det är en känsla av en samhällelig plikt som påverkar och att det kan stå över de egna intressena, som att finna gemenskap eller få nya kompetenser.

### – Vi förenas i att bidra i krisen

På företaget AstraZeneca får alla medarbetare använda åtta timmar av sin arbetstid varje år för volontäruppdrag. Under coronakrisen beslutade företaget att öka den tiden till 40 timmar, och en av de som bestämde sig för att utnyttja möjligheten är Magnus Westberg. Sedan några veckor tillbaka hjälper han till med att bemanna Röda Korsets tält utanför ett sjukhus i Göteborg.

”Vi volontärer är ofta den första kontakten människor har när de kommer till sjukhuset. Vi har information på olika språk och kan guida människor rätt. Många är oroliga eller vill bara prata en stund, särskilt många äldre, och då känns det bra att vi finns där.”

Magnus berättar att det har funkat fint att kombinera sitt jobb på AstraZeneca med att vara volontär för Röda Korset. Hans chef i USA var mycket positiv, och flera kollegor har också engagerat sig i olika verksamheter, exempelvis secondhand-butiker.

”Jag ville ställa upp och tog chansen när jag fick den, det var inte så mycket att snacka om. Jag ser fram emot att åka till Röda Korsets tält varje gång, och vi får jättepositiv feedback från både förbipasserande och av sjukhuspersonalen. Det känns som vi alla har en fin samhörighet i att vi alla är med och hjälper till. Det är särskilt häftigt att se hur lika värderingar vi som är volontärer har – trots att vi är så olika som människor förenas vi kring att bidra i krisen.”



Magnus Westberg, volontär i Röda Korsets tält utanför Östra sjukhuset i Göteborg

## Varför ville du engagera dig ideellt?

(Flera val möjliga)



## Ideellt engagemang är en väg in i samhället

Ett ideellt engagemang kan vara en viktig väg för att skaffa sig nya erfarenheter eller kompetenser. 19 procent säger att de ville engagera sig ideellt för att få meriter till sitt CV vilket är nästan tre gånger så många som för fem år sedan. Bland de under 25 år är detta en ännu starkare drivkraft då hela 40 procent säger att de vill engagera sig för att få meriter till sitt CV.

Närmare 40 procent av alla svaranden säger att deras ideella engagemang har hjälpt dem i arbetslivet genom att de fått kontakter och nätverk eller praktisk erfarenhet och nya kompetenser. Ibland har det ideella uppdraget också lett till jobb, via kontakter eller i den organisation man engagerat sig.

# 4 av 10

har fått hjälp i arbetslivet av sitt ideella engagemang



---

”Jag flyttade till Sverige, kände inte någon och ville få arbetslivserfarenhet på svenska. Jag kunde göra någonting bra för samhället även om jag inte hade något jobb än.” - Volontär

---

”Jag hade gått utan arbete en längre tid och såg det som en möjlighet att få vara till nytta samtidigt som jag fick vara en del i en gemenskap och ett sammanhang och bidra till en viktig samhällsfunktion.” - Volontär

## Engagemanget följer livscykeln

Hur vi väljer att engagera oss påverkas mycket av olika faser och skeenden i våra liv. Frågor som engagerar oss i ungdomsåren kanske tar ny form när vi etablerar oss och får familj. Då påverkas engagemanget ofta av barnens fritidsaktiviteter för att sedan vid pensionsåldern bli mer fokuserat på de egna intressena igen och en vilja av att ge vidare de kunskaper och erfarenheter man skaffat sig genom livet. Vi styrs även av vad som påverkar oss som människor. Vi flyttar, byter lärosäte, arbete och bekantskapskrets och byter därmed också ofta organisation eller uppdrag. Om man skiljer sig, blir arbetslös eller får mer tid sedan barnen flyttat ut, så ses det ideella engagemanget som en möjlighet att finna gemenskap, vänner och socialt utbyte. Engagemanget följer livscykeln och finns med genom alla dessa händelser. Ibland kan vi ägna det mer tid, ibland mindre. Emellanåt behövs en paus och andra gånger fyller det en stor del av ens liv och utgör en väsentlig del av ens umgänge.

Att man hör om något i media, en katastrof inträffar eller att man ställs inför prövningar på en samhällelig nivå är ofta en katalysator för engagemang. Vi har sett det flera gånger de senaste åren. Vid flyktingsituationen 2015, vid skogsbränderna 2018 och återigen vid coronapandemin våren 2020. Kriser gör att många vill bidra, hjälpa till och vara delaktiga i återuppbyggnad. Volontärbyrån har sett markanta öknings i antalet besökare på vår sajt och i antal intresseanmälningar under dessa kriser. Många vill engagera sig för just den aktuella frågan och många som tidigare inte engagerat sig inspireras att vara med och bidra. Krisen blir ett startskott för många och även om en del fokuserar på att engagera sig i direkta stödinsatser under själva krisen så följer många volontärer med vidare in i verksamheter och fortsätter sitt engagemang.

### – Jag ville göra något meningsfullt



Eva Kristiansen,  
distansvolontär på  
Greenpeace

”När jag gick i pension kände jag att jag ville göra något meningsfullt och ge tillbaka till samhället. Jag hade tidigare stöttat Greenpeace som månadsgivare men efter att ha läst en kurs i miljövetenskap tog jag kontakt med dem och började engagera mig som volontär.

Engagemanget har främst handlat om att ta fram underlag och bevaka medier. Jag har ägnat några timmar varje vecka och har dels arbetat på distans och dels på deras kontor. Sedan coronapandemin har jag bara engagerat mig på distans och det har varit bra att kunna göra något konkret som gör nytta utan att behöva träffas fysiskt.

För att lyckas med distansarbete behövs disciplin, motivation och regelbundenhet. Disciplinen och motivationen får jag av att arbeta för något jag tycker är viktigt. Regelbundenheten får jag genom att vi håller avstämningar varje vecka över telefon. Där blir det ofta spännande samtal som stärker motivationen.”

# Värdegrunden viktigast för volontärerna

För de som ska börja engagera sig är det absolut viktigaste när de ska börja engagera sig att de står bakom föreningens syfte och mål – tillsammans med att få en konkret uppgift. Det är viktigare än att själv vara med och bestämma uppgiften till en början – det kan komma senare, tillsammans med större ansvar. Många av de organisationer som besvarat vår enkät beskriver hur de upplever att människors inställning till engagemang förändrats. Det ställer högre krav på organisationen när människor i större utsträckning vill kunna välja bland olika typer av uppdrag och uppgifter från ett smörgåsbord. Volontärerna å sin sida säger att det som är viktigast för dem när de börjar engagera sig är att de står bakom organisationens syfte och mål. De vill också förstå vilket ansvar de har och att uppgiften de ska göra är konkret. Dessa saker väger mycket tyngre än att själv få vara med och bestämma vad de ska göra. Det är alltså organisationens grundvärderingar och målsättningar som är det viktigaste för volontärerna. Man vill veta att man är med och bidrar till att uppnå organisationens syfte och mål.

Detta ställer krav på organisationerna att tydliggöra hur de uppgifter de erbjuder bidrar till just detta för att volontärer ska känna sig motiverade att söka. Det är inte alltid lätt för organisationerna att leva upp till förväntningarna, vilket kan ha att göra med att 36 procent av organisationerna säger att de inte har tillräckligt med tid för att samordna volontärverksamheten. De som ansvarar för rekryteringen hinner inte alltid lägga de resurser som krävs på att strukturera volontärverksamheten och fånga det engagemang som kommer till dem.

## Vad är viktigt när du börjar engagera dig?

(Flera val möjliga)



## Snabb återkoppling viktigt

En väldigt viktig aspekt för att fånga människors engagemang är att ge snabb återkoppling till de som visar sitt intresse. Hela 64 procent av de som sökt ideella uppdrag i vår undersökning säger att detta är viktigt för dem i början av engagemanget. Vi har i tidigare års undersökningar frågat om hur snabbt volontärerna förväntar sig svar från organisationen och de flesta säger då att inom en till två veckor är lagom. Det är vanligt att en anmäler intresse till flera uppdrag samtidigt och då är det också ofta den organisation som hinner svara snabbast som personen sen engagerar sig för. En återkommande anledning till varför många inte engagerat sig är att de inte fått svar från organisationen de sökte till. Bristande återkoppling riskerar att döda engagemanget för de som inte får svar, det gäller i synnerhet personer som aldrig tidigare varit engagerade

## Vägen till medlemskap går via engagemang

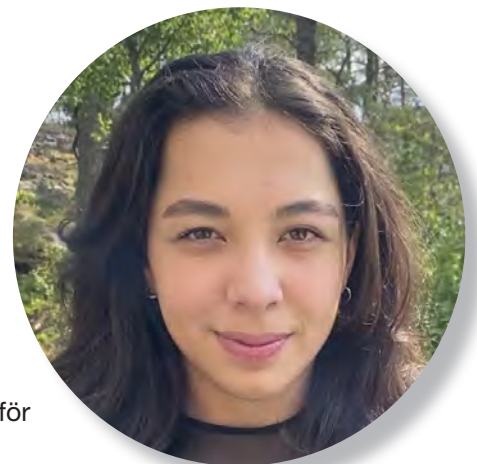
Förr var det vanligast att människor blev aktiva i den organisation de var medlem i. Nu upplever många föreningar att medlemskapet i organisationer minskar. Samtidigt säger så många som 43 procent av de som engagerat sig ideellt att de blev medlem i samband med att de började engagera sig och 19 procent att de var medlem redan innan. Endast 14 procent säger att de inte vill bli medlem. Kanske är det så att vägen till medlemskap nuförtiden börjar med aktivitet i föreningen? För 98 procent av volontärerna är det viktigaste för att börja engagera sig att stå bakom organisationens syfte och mål. Då kan aktivitet i föreningen vara ett bra sätt att "testa" värderingarna. Här blir det viktigt för organisationer som vill öka medlemsantalet att fråga de aktiva — så många som var fjärde volontär har inte blivit tillfrågad eller vet inte att det går att bli medlem.

### – Jag får så mycket tillbaka av att hjälpa med den digitala tekniken

Pone engagerar sig ideellt på Södermalms Frivilligcentral Viljan sedan några veckor tillbaka med att vara teknisk support för äldre som behöver hjälp med olika tekniska problem på sina datorer eller smartplattor. Pone arbetar till vardags med att utbilda inom den vardagliga tekniken för seniorer, för att bryta den digitala isoleringen. Under coronapandemin ökade behovet av hjälp till individer, och då var det självklart för Pone att ställa upp som volontär.

Pone hjälper till med framförallt tekniska delar som rör det digitala verktyget Zoom, så som att få på ljudet på sin dator eller att få igång videofunktionen. Hon tycker att den yngre generationen ofta tar de tekniska kunskaperna för givet och glömmer hur svårt det kan vara att lära sig något man inte växt upp med.

”Det bästa med att vara volontär är att jag får så mycket tillbaka av att kunna hjälpa till med den digitala tekniken, och många som jag kunnat hjälpa är så glada och tacksamma och hör av sig via mejl och telefon. Att vara teknisk support är inget som känns stort eller jobbigt för mig, men för de som får hjälpen så uppskattas det väldigt mycket.”



Pone Abar, volontär  
på Södermalms  
Frivilligcentral Viljan

## Framtiden är ljus för det ideella engagemanget

Mer än varannan vuxen svensk är ideellt engagerad, och forskare ser inga tecken på att engagemanget skulle minska. Även vi på Volontärbyrån ser att många vill engagera sig, och fyra av tio som söker uppdrag via oss är helt nya till ideellt engagemang. Åtta av tio organisationsföreträdare säger i vår undersökning att intresset för att engagera sig på senare år antingen har ökat eller är oförändrat.

I vår undersökning säger 96 procent av de som har engagerat sig ideellt under 2019 att de vill fortsätta engagera sig. Bland de som inte har engagerat sig under 2019 kan hela nio av tio tänka sig att göra det under det kommande året – här finns det alltså potentiellt många nya engagerade. Bland de som vill engagera sig vill sex av tio fortsätta det engagemang de har, och en fjärdedel vill dessutom hitta ytterligare ett engagemang.

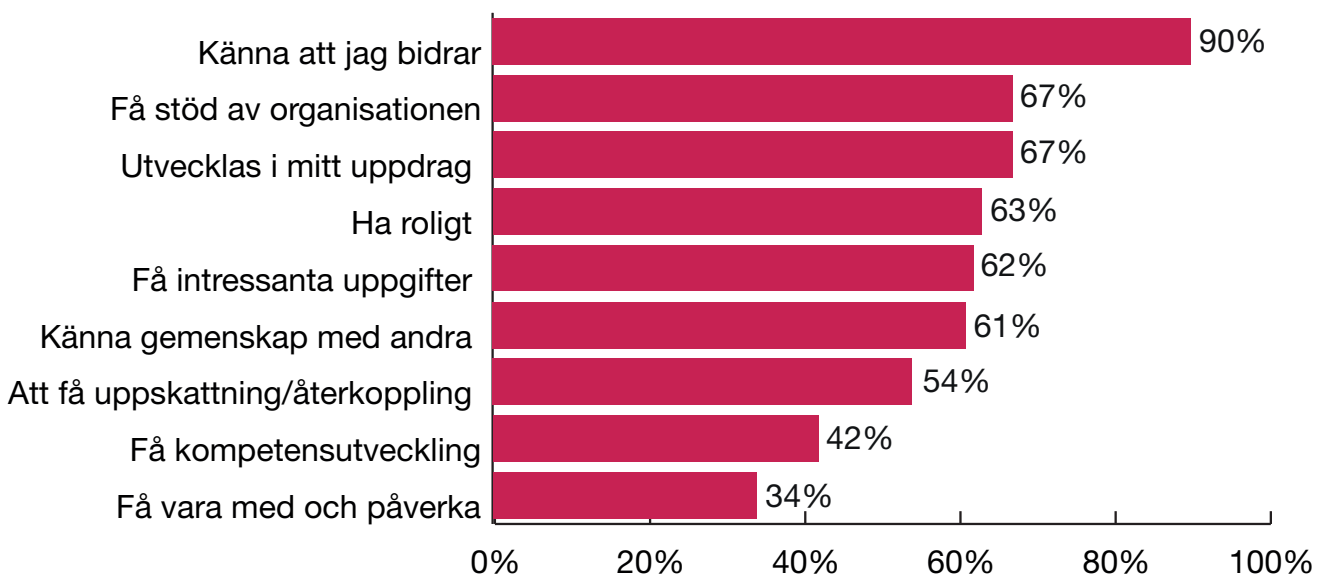
Var tredje vill hitta en ny organisation och ett nytt uppdrag och en av tio vill vara kvar i organisationen men göra något annat. Det är alltså långt vanligare att vilja byta organisation än att vilja byta uppdrag inom samma organisation. Detta är även något organisationsföreträdare vittnar om, och ser att människor vill stanna kortare tid i organisationen.

**96%**  
vill engagera sig  
i framtiden

Det finns dock en del saker som är viktigt att komma ihåg för att volontärerna faktiskt ska behålla motivationen och fortsätta engagemanget, vilket många säger att de vill göra. Framförallt så vill volontärerna känna att de bidrar och det är därför återigen viktigt att organisationen ser till att visa hur de uppgifter och uppdrag som volontärerna gör bidrar till uppsatta mål och organisationens syfte.

### Vad är viktigt för att du ska fortsätta att engagera dig?

(Flera val möjliga)



# Engagemanget ger mening

Att få känna gemenskap med andra, att livet är meningsfullt och att det man gör spelar roll för andra än sig själv är de allra främsta anledningarna till att man vill engagera sig. Gemenskapen man får av att engagera sig ideellt är också en majoritet som tycker är det allra bästa med att engagera sig.

När vi frågar volontärerna vad engagemanget betyder för dem och vad de känner att de får ut av det ser vi att engagemanget inte bara ger en sak, utan att det bidrar med så väldigt mycket, såväl till den som engagerar sig som den organisation de engagerar sig i. Ofta får de som engagerat sig också ut mycket mer, eller helt andra saker, än vad de först förväntade sig när de började engagera sig. Många säger att det också är detta oväntade som ofta gör att en vill fortsätta sitt engagemang. I vår undersökning säger volontärerna att det de främst får ut av sitt engagemang är möjligheten att stödja och hjälpa andra, att göra något konkret och att påverka samhället i en positiv riktning. Vi ser att många har en längtan efter meningsfullhet, och det kan verkligen det ideella engagemanget ge – 97 procent säger i vår undersökning att de fått ett mer meningsfullt liv tack vare engagemanget.

Volontärer upplever dock ibland även baksidor i sitt engagemang. Drygt en av tio har någon gång upplevt hat och hot i sitt engagemang, där en volontär exempelvis berättar att hen blivit utsatt för rasistiska kommentarer. Hat och hot riktat mot ideellt engagerade är något som många organisationsföreträdare lyfter, och känner en oro kring. Dels att det begränsar människor i sitt engagemang, och dels att det kan göra det svårare att rekrytera människor till ideella uppdrag, framförallt i mer utsatta positioner. Cirka 15 procent av volontärerna anger att de behöver mer stöd och återkoppling från organisationen.

**1. Ger stöd och hjälp till andra**

**2. Känner att jag gör en konkret insats**

**3. Påverkar samhället i en positiv riktning**





## Åtta av tio unga känner sig mindre ensamma

Under de senaste åren har den ofrivilliga ensamheten fått ett ökat utrymme i det offentliga samtalet och i media, och rapporter visar att många bär en känsla av ensamhet, i synnerhet äldre och yngre personer. Ideellt engagemang skapar ofta meningsfulla sammanhang och kan fungera som en bra plattform för att få socialt utbyte och knyta nya vänskapsband. Åtta av tio personer under 25 år känner sig mindre ensamma tack vare sitt engagemang. Bland de över 25 är det 67 procent som känner sig mindre ensamma genom engagemanget.

## Volontärer bidrar med medmänsklighet

Volontärerna får både mycket tillbaka själva och bidrar med oerhört mycket till organisationerna, deras verksamhet och för de målgrupper de riktar sig till. Volontärerna utgör en viktig grundstomme i varför många organisationer finns till, där ett viktigt syfte för många organisationer är att vara en plattform för människors engagemang. De engagerade bidrar dessutom med kunskap och erfarenhet som många organisationer säger att de skulle ha svårt att få del av på annat sätt. Nästan samtliga organisationer som besvarat vår organisationsenkät säger att volontärerna bidrar med medmänsklighet. Det ger mycket att mötas av en volontär, någon som är där av egen fri vilja, särskilt i många av de verksamheter som arbetar med utsatta människor eller personer i sårbara positioner, så som kompisverksamhet eller krisstöd.

### – Volontärerna betyder jättemycket för oss

”Volontärverksamheten är kärnan i Nya Kompisbyrån och gör det möjligt för oss att finnas på hela 13 orter i Sverige. Som volontär hos oss kan man engagera sig genom att matcha nyanlända och etablerade svenskar, att rekrytera nya deltagare och nå ut med information om Nya Kompisbyrån.

Vi har också volontärer som hjälper oss genom sin kompetens och exempelvis har vi haft en volontär som har hjälpt oss att utveckla vårt nya matchningssystem. Våra volontärer är fantastiska människor, och jag känner mig lyckligt lottad som får jobba med dem. De är engagerade i våra frågor kring inkludering och att skapa möten och bidrar med energi och nya idéer. Volontärerna är jätteviktiga för Nya Kompisbyrån och håller vår organisation levande.

Nu under corona har hela vår verksamhet behövt gå från att skapa fysiska möten till digitala. Vi har sett ett stort engagemang från människor och många har sökt sig till Nya Kompisbyrån. Mycket av mitt jobb under våren har gått ut på att fånga människors engagemang under krisen och anpassa de uppdrag vi har. Vi har också jobbat mycket med att få våra volontärer att känna sig viktiga och delaktiga även på distans, till exempel genom Zoom-möten och Facebook-grupper.”



Karin Magnusson,  
volontärsamordnare på  
Nya Kompisbyrån

# Äldres engagemang

Ofrivillig ensamhet är ett ökande problem i vårt samhälle, som framförallt drabbar många äldre. Vi ser att ideellt engagemang kan bidra till att skapa mening och gemenskap för den som engagerar sig, vilket kan verka förbyggande mot ensamhet. Därför har vi i denna rapport tittat närmare på just äldres engagemang. Äldres engagemang har påverkats mycket nu under corona, då många inte har haft möjlighet att engagera sig. Vår rapport handlar dock främst om personers engagemang under 2019 och då kan vi se att äldre är en av de åldersgrupper som lägger mest tid på sitt engagemang. I jämförelse med snittet är de överrepresenterade bland dem som engagerar sig en eller flera gånger i veckan. Drygt sex av tio äldre engagerar sig minst en gång i veckan och för många är det ofta flera gånger i veckan.

## 6 av 10

äldre engagerar sig minst en gång i veckan

Av de som engagerade sig så var de tre främsta anledningarna att göra en konkret insats, stödja och hjälpa andra samt att bidra med kunskap och erfarenhet. Här skiljer sig inte äldres drivkrafter från yngres, förutom att bidra med kunskap och erfarenhet som det av naturliga skäl är fler äldre som anger som anledning. Den främsta anledningen till att de tillfrågade tog steget till att bli volontärer var att de genomgått en stor livsförändring, fler än hälften valde det alternativet. Det kan till exempel beror på att tid frigörs efter att de pensionerat sig och att barnbarn blivit stora och inte kräver barnpassning. Ytterligare anledningar som är vanligt förekommande är att de kände en inre drivkraft samt att rätt uppdrag dök upp. Många äldre upplever att det ideella engagemanget fungerar som en plattform för social kontakt och att de i sin vardag får ett meningsfullt sammanhang där de kan bidra och känna sig behövda och samtidigt lära sig nya saker och bli utmanade. Något fler än hälften upplever att deras ideella engagemang gör att de känner sig mindre ensamma. För att fortsätta engagera sig så anger de som främsta anledningar att de behöver känna att de bidrar, får stöd av organisationen, känna gemenskap med andra samt få återkoppling/feedback på sitt engagemang. Överlag så anser de att det är mindre relevant med kompetensutveckling eller att vara med och påverka i organisationen.

De områden som är vanligast förekommande bland äldre är praktiska uppgifter som att arbeta i en second hand-butik, laga mat eller agera chaufför. Även att hjälpa till på evenemang samt att engagera sig som läxläsare och språkvän är populära uppdrag. Äldre engagerar sig för många olika ändamål. Det som är mest vanligt förekommande är att engagera sig i organisationer som arbetar med ekonomisk och social utsatthet. Även att engagera sig för integration och asylsökande, barn och ungdom samt äldre är också vanligt förekommande. Deras intresseområden skiljer sig inte nämnvärt från andra åldersgrupper men svaren indikerar ett större intresse för ekonomisk och social utsatthet.

## Vad innebär det ideella engagemanget för seniorer?

*"Det bästa med mitt engagemang är att min livserfarenhet kan fortsätta att göra världen lite bättre, att jag träffar så fina människor och att jag får perspektiv på mitt eget liv." — Volontär*

*"Mitt engagemang får mig att känna mig behövd och att jag kan hjälpa till." — Volontär*

*"Jag känner tillhörighet och får ta ansvar." — Volontär*





**90%**  
känner  
gemenskap  
med andra

**76%**  
känner sig  
mindre  
ensamma



**96%**  
vill engagera  
sig i  
framtiden

**95%**  
mår bättre  
av att sitt  
engagemang

# Engagemanget under corona

Av alla de som sa att de engagerat sig under 2019 säger 32 procent att de även engagerat sig under coronakrisen. De som inte har gjort det anger bland annat att de själva tillhör riskgrupp, att verksamheten de normalt engagerar sig i har pausats eller att de fått extra mycket att göra på jobbet så de har inte hunnit engagera sig. Flera anger även att de har försökt men tyckt det varit svårt att hitta ett uppdrag som passar. De som har engagerat sig har antingen fortsatt inom sitt befintliga engagemang eller gjort mer "corona-relaterade" insatser som att till exempel genom Lions tillverka visir åt äldrevården eller handlat åt äldre genom Röda Korset.

Hela 90 procent av organisationerna har behövt pausa eller ställa in verksamheter under krisen. Samtidigt säger ungefär hälften av organisationerna att fler människor har velat engagera sig i deras verksamheter under corona och drygt var tredje organisation har behövt rekrytera nya volontärer för att de har startat nya verksamheter på grund av corona.

## Nytt engagemang väcks i krisen

Vi ser också att engagemangets betydelse får större plats i media nu under coronakrisen, vilket bidrar till att människor får upp ögonen för ideellt engagemang. Volontärbyrån såg under våren en dubbling av antalet intresseanmälningar till ideella uppdrag via vår sajt, jämfört med förra våren. Många skriver även att de länge tänkt engagera sig, och att coronakrisen fått dem att börja. På Volontärbyråns sajt har vi sett att antalet intresseanmälningar till uppdrag har ökat med 70 procent jämfört med samma period under förra året.

### Social gemenskap utmanas

70 procent av organisationerna har många volontärer som är i riskgrupp och som inte har kunnat engagera sig på samma sätt under krisen. Det betyder att en betydelsefull del av deras tillvaro där de får gemenskap och sammanhang har försvunnit. Många organisationer har ställt om till digitala aktiviteter för att ta tillvara på engagemanget och fortsätta stödja sina målgrupper, men här berättar också många

### – Vad vi lärt oss av denna pandemi är ödmjukhet

"Under corona-pandemin har vi valt att inte ställa in utan ställa om. I vanliga fall är vi kreativa och måste alltid hitta lösningar och vara flexibla i vår verksamhet. På så vis har corona inte varit svårt, utan vi har gjort som vi brukar - tänkt utanför boxen. Många av våra deltagare har t.ex. inte tillgång till telefoner och använder inte internet vilket har försvårat tillgängligheten. Vi har också försökt att träffats utomhus i största möjliga mån.

Vad vi i samhället lärt oss av denna pandemi är ödmjukhet; att vara ödmjuk inför situationen och ha en medvetenhet kring det som händer. De som i vanliga fall mår dåligt och är utsatta i samhället påverkas extra mycket nu, de har svårt att följa restriktionerna, för har man inget hem är det svårt att isolera sig och då saknas också förstås möjlighet att tvätta händerna noga och ofta.

Jag tror vi alla har lärt oss en del av denna kris, lärt oss hur vi ska bete oss. Även om viruset kommer vara kvar, så tror jag på framtiden, att vi kommer kunna umgås och kramas igen."



Anette Kyhlström,  
diakon på Hela Människan



# TRENDER & FRAMTIDSSPANINGAR

1

## Engagemanget stärker folkhälsan och är ett vaccin mot ensamhet

I Sverige känner sig sex av tio äldre sig ensamma, något som påverkar den fysiska och psykiska hälsan negativt. Känslan av att vara ensam är sammankopplad med högre andel depressioner, självmord, mer frekventa vårdbesök och ökade omsorgsbehov. Detta har uppmärksammats allt mer i media på sistone vilket skulle kunna vara en förklaring till att allt fler engagerar sig för äldre. För tre år sedan angav sju procent att de engagerat sig för äldre, och i årets undersökning är det så många som 14 procent. Tack vare volontärer kan äldre få social gemenskap och hjälp med exempelvis handling eller ledsagning, inte minst viktigt i coronatider. Men inte bara att engagera sig för äldre kan motverka ensamhet, utan även att hjälpa de som är ensamma att hitta in i ett engagemang och själva engagera sig. Nio av tio volontärer berättar att engagemanget gett dem gemenskap och nya vänner, och 67 procent säger att engagemanget gör dem mindre ensamma. 95 procent säger att de mår bättre tack vare sitt ideella engagemang. Att satsa på det ideella engagemanget och skapa goda förutsättningar för människor att hitta in ger alltså goda effekter på folkhälsan.

---

*”Det bästa med att vara volontär är gemenskapen med de andra volontärerna, där vi tillsammans kan göra skillnad för människors vardag och liv.”*

– Volontär

---

*”Engagemanget är lärorikt genom att jag har undervisat och själv hela tiden har vidareutvecklats. Det är givande att sprida viktig kunskap till bl.a. ungdomar.”*

– Volontär

## 2

### Allt fler vill engagera sig för klimatet – om det finns konkreta uppgifter

Under flyktingsituationen såg vi en stor ökning av intresseanmälningar till integrationsuppdrag, och under #metoo gick engagemanget upp för kvinnofrågor. Nu under coronakrisen ser vi många som vill bidra och hjälpa de som drabbas extra hårt av krisen. Vi ser också ett ökat intresse att på olika sätt engagera sig för klimatet, som är en aktuell och akut fråga, men här verkar det svårare för människor att hitta en praktisk uppgift, förutom att bedriva påverkansarbete. Drygt fem procent har engagerat sig för klimatet, men så många som 30 procent skulle vilja engagera sig inom dessa frågor framåt. Intresset för klimatfrågor har ökat med 20 procent jämfört med för tre år sedan. Här ser vi att det finns utrymme för fler konkreta, tydliga uppgifter inom klimatfrågan. De senaste tre åren har ingen ökning av uppdrag inom klimat skett på Volontärbyrån, och många volontärer säger att det är svårt att hitta något att engagera sig i.

---

*”Det känns otroligt givande att få bidra och hjälpa andra och på så sätt försöka med små steg skapa ett mer medmänskligt och omhändertagande samhälle.”*  
– Volontär

## 3

### Engagemanget kommer att vara viktigare än någonsin

Det ideella engagemanget ger människor en chans att påverka samhällsutvecklingen och skapar ett mellanmänskligt kitt som också verkar demokratistärkande. Nu ökar polariseringen i samhället, och civilsamhällets utrymme att verka krymper när många organisationer vittnar om att allt fler engagerade utsätts för hat och hot i sitt engagemang. Samtidigt gör coronapandemin det svårare för många organisationer att bedriva påverkansarbete, när stort fokus i samhällsdebatten av naturliga skäl har varit på corona och andra frågor har behövt stå tillbaka. Därför är det otroligt viktigt att vi fortsätter att värna organisationers röstbärande roll och ger stor plats åt människor att genom det ideella engagemanget få vara delaktiga och därmed stärka demokratin. 98 procent av de som engagerar sig känner att de påverkar samhället i en positiv riktning.

Coronapandemin har också gjort att klyftorna ökar när utsatta människor blir allt fler och de redan utsatta får det ännu värre, exempelvis genom att arbetslösheten ökar. Nästan 95 procent av organisationerna säger att deras målgrupper påverkas när organisationerna inte kan genomföra sin verksamhet i samma utsträckning. Kvinnojourer vittnar om många fler samtal och barnrättsorganisationer larmar om barns situation. Här har alla frivilliga krafter en stor och växande roll framåt i att stötta och påverka situationen för utsatta människor i samhället. Även ur ett individperspektiv kommer engagemanget att fortsatt vara viktigt i att skapa meningsfullhet och genom att människor kan förbättra sin egen och andras livssituation.

---

*”Det bästa är att få möta nya människor, lära känna Sverige på ett särskilt sätt, förbättra min svenska och kunna göra någonting för utsatta människor som jag brukade göra i mitt hemland.”*  
– Volontär

## 4

## Corona har bestående påverkan på engagemanget

Något av det ideella engagemangets viktigaste effekter är det som uppstår i det mellanmännsliga mötet - tilliten, gemenskapen och den sociala sammanhållningen. I tider av fysisk distansering har detta varit mycket svårt. När vi så småningom kan börja träffas under mer normala omständigheter ser vi att även om mycket varit svårt under pandemin att det kan finnas bestående positiva effekter. Vi har under pandemin sett en enorm kraftsamling i civilsamhället i att ställa om till digitalt engagemang. Många organisationer och volontärer vittnar om att detta har bidragit till att sänka trösklarna för engagemang, och att det rentav blivit både enklare och snabbare att rekrytera frivilliga. Ett exempel är organisationen Kompis Sverige, som tidigt under krisen skapade en digital plattform för deras möten med syfte att öka integrationen. Initiativet togs emot väl och de fick snabbt över tusen anmälningar från personer som ville engagera sig digitalt.

En annan effekt är att vi sett en förnyring i många organisationer som kunnat locka helt nya målgrupper under krisen. Vi möter ofta organisationer som gärna skulle vilja nå fler yngre. När corona gjorde att de som normalt sett engagerar sig mest, de äldre, plötsligt blev en del av riskgruppen och inte kunde engagera sig, såg många organisationer sig tvungna att snabbt rekrytera mängder av helt nya volontärer. Göteborgs stadsmission behövde nyrekrytera mer än hälften av sin volontärbas, och har under våren rekryterat fyra gånger så många volontärer som normalt.

*"Min farhåga var att de volontärer som jobbat länge hos oss och befinner sig i riskgruppen medan de nu är hemma och isolerade börjar fundera över om de ska avsluta sitt engagemang som volontär för att de hittar andra saker att fördriva sin tid med som också känns meningsfulla.*

*MEN - när jag nu pratat med dem en och en i telefon så visar det sig att nästan alla vill vara kvar och är jättesugna på att komma igång igen så snart som möjligt."*

— Organisation



Medlemmarna på Södermalms Frivilligcentral Viljan har ställt om till digitala träffar.



Ett varmt tack till alla som svarat på våra enkäter och på andra sätt bidragit med sina erfarenheter av det ideella engagemanget.

Era perspektiv och engagemang är otroligt viktiga!

### **Har du frågor om Volontärbarometern?**

Välkommen att kontakta oss på  
08-241400 eller [info@volontarbyran.org](mailto:info@volontarbyran.org).

Besök oss på [www.volontarbyran.org](http://www.volontarbyran.org)