



# Ungas psykiska hälsa i primärvården

# Tilläggsuppdrag för vårdcentral – ett pilotprojekt

Krav- och kvalitetsboken är grunden.

[KoK boken 2019 >>](#)

**Enligt separat plan; tilläggsuppdrag**

– Ungas psykiska hälsa.

**Förlängt - 31/12 2020**

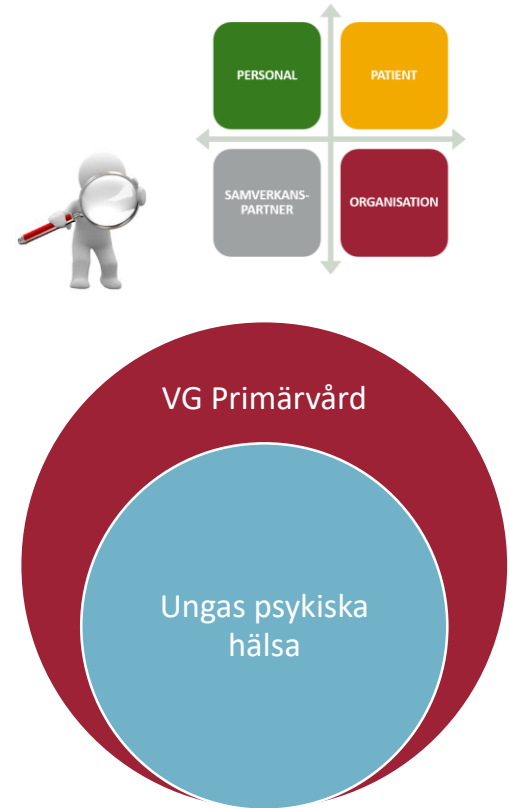
**Målet** är att bygga en modell som ligger till grund för framtidens primärvårdinsatser för barn, unga med psykisk ohälsa.



# Ungas psykiska hälsa – förstärkt första linje i primärvården

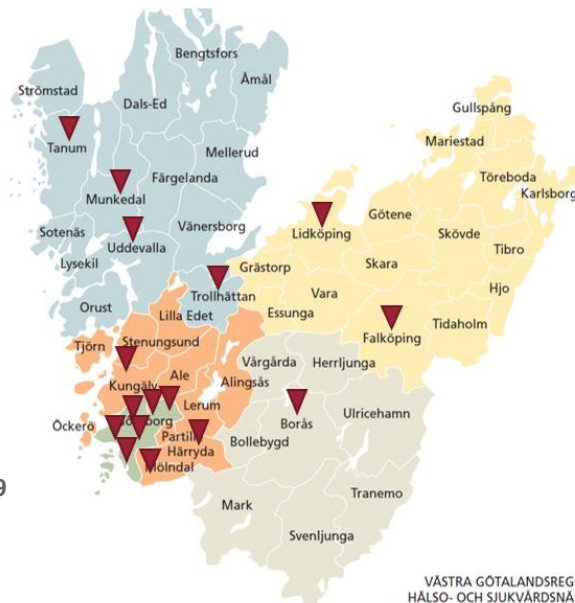
## Koncept:

- **Extra resursförstärkning – personal**
- **Utbildningar**
- **En formativ utvärdering; löpande uppföljning och kontinuerligt utvecklingsarbete**
- **Återkoppling av beslutsunderlag kontinuerligt till uppdragsgivare**



# Vårdcentraler med tilläggsuppdrag

- HSNÖ
  - **Närhälsan Guldvingens vårdcentral Lidköping**
  - **Närhälsan Oden vårdcentral Falköping**
- HSNS
  - **Närhälsan Södra Torgets vårdcentral Borås**
- HSNV
  - **Vårdcentralen Kusten Ytterby**
  - **Närhälsan Mölnlycke vårdcentral**
  - **Omtanken Mölndal – uppstart 2019**
- HSNN
  - **Närhälsan Dalabergs vårdcentral Uddevalla**
  - **Närhälsan Sylte vårdcentral Trollhättan**
  - **Närhälsan Munkedal vårdcentral – uppstart 2019**
  - **Kvarterskliniken Tanum – uppstart 2019**



- HSNNG
  - **Capio Läkarhus Kvillebäcken**
  - **Omtanken vårdcentral och BVC Frölunda**
  - **Omtanken Landala**
  - **JohannesVården**
  - **Kungsportsläkarna – uppstart 2019**
  - **Capio Läkarhus Angered – uppstart 2019**

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN!  
HÄLSO- OCH SJUKVÅRDSNÄMNDEN  
UPPDELADE I KOMMUNER

# Behandling inom primärvården

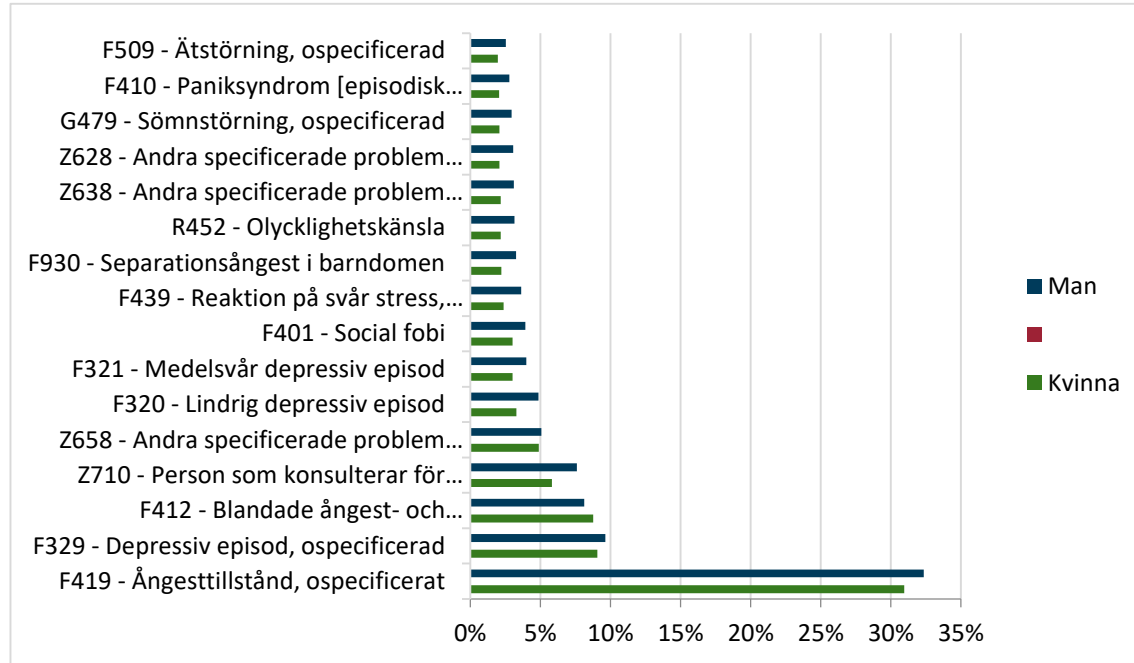
Stegvis vård – vad kan vi göra idag?



- Telefonrådgivning
- Psykopedagogiska insatser
- KBT - Individuellt, i grupp och internet (iKBT)
- Psykosocialbasbehandling tillsammans med föräldrar
- Gruppbehandling barn/ungdom och föräldrar/närstående
- Föräldrastöd individuellt och i grupp
  
- Frågor om våld och alkohol, droger
- SIP och samverkan viktigt!



# De vanligaste diagnoserna fördelat på kön



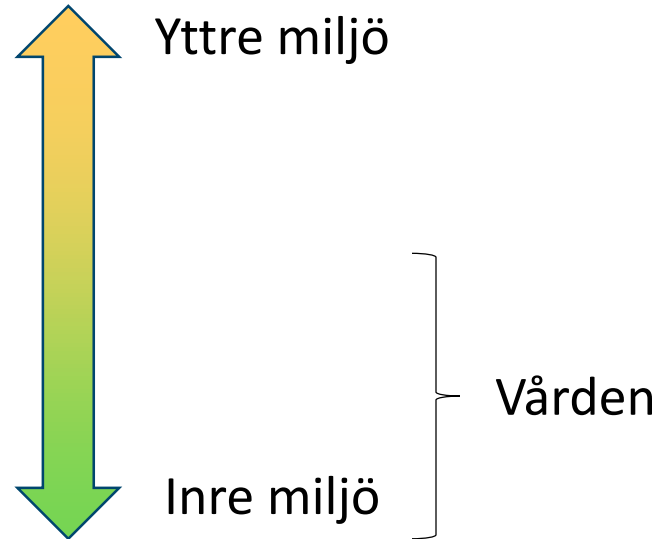
Total sammanslaget  
2017 = 1807  
2018 = 3985  
2019 = 3546  
totalt = 9337

# God skolgång trots psykisk ohälsa

- Många gånger fungerar det bra
- Faktorer som bidrar till god skolgång trots psykisk ohälsa:
  - Goda relationer till lärare och annan skolpersonal
  - Bra anpassningar
  - Struktur och förutsägbarhet

# Vad ser vi att barn och ungdomar mår dåligt av?

- Utsatthet och mobbing
- Stökig miljö, brist på organisation
- Bristande relationer till lärare
- Struliga kompisrelationer och ensamhet
- Dåliga skolresultat
- Prestationsångest





# Vad ser vi för mönster hos barn och ungdomar som mår dåligt?

- Fokus på prestation
- Fokus på yttre attribut och statusmarkörer
- Många aktiviteter. Det mycket intryck.
- Lite umgänge IRL
- Undvikande av negativ affekt
- Självkritik, skam- och skuld känslor

Överskott

# Vad ser vi sällan hos barn och ungdomar som mår dåligt?

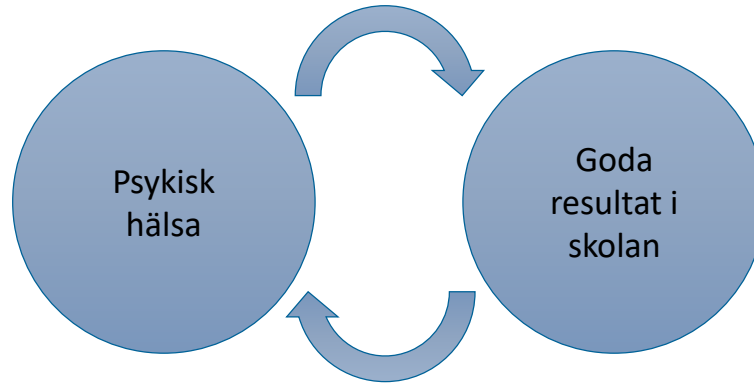
- Mod att pröva något nytt och svårt
- Fokus på att utveckla inre kvalitéer
- Sinnesro
- Närhet
- Acceptans för negativ affekt
- Självmedkänsla

Underskott

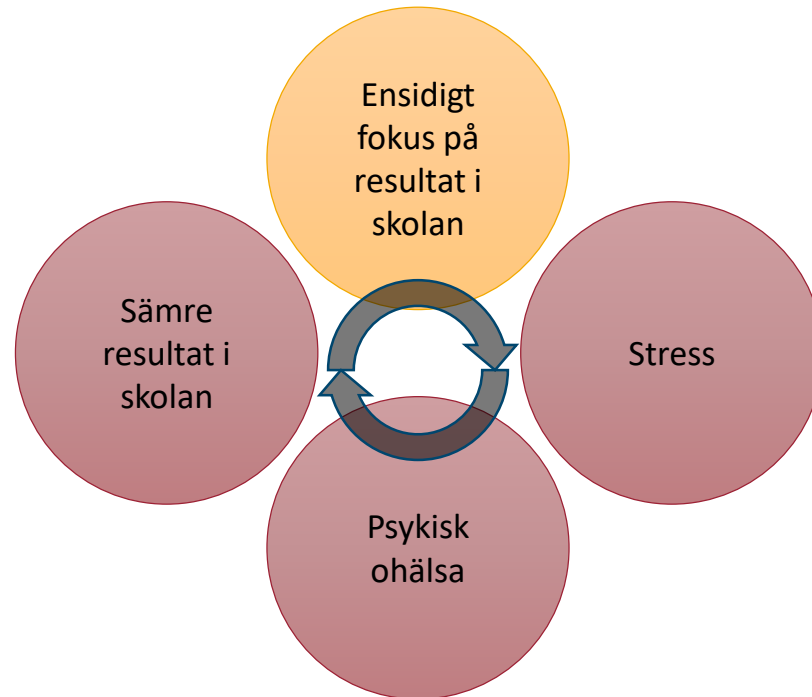
# Vart är vi på väg?

- Stort fokus på prestation och statusmarkörer leder till prestationsångest och nedstämdhet
- Kontant aktivitet förhindrar att man vänder sig inåt
- Utan förmågan att blicka inåt utvecklar man inte förståelse för sig själv eller acceptans för sina känslor
- Utan förståelse för sig själv utvecklar man ingen självmedkänsla och får då svårt för närhet
- Utan acceptans för sina känslor får man ingen sinnesro

# Relationen mellan prestation och psykisk hälsa

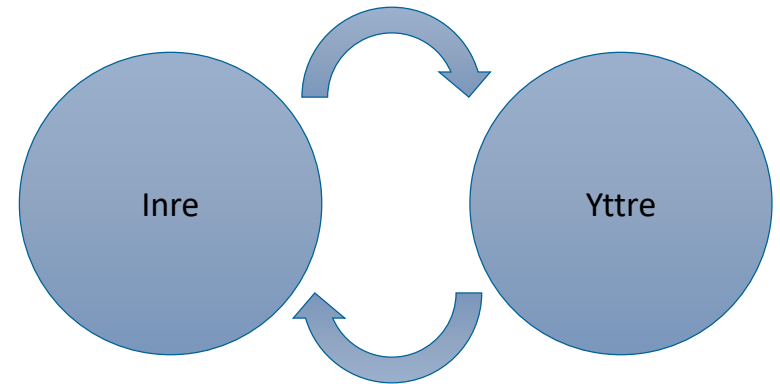


# En annan relation mellan prestation och psykisk hälsa

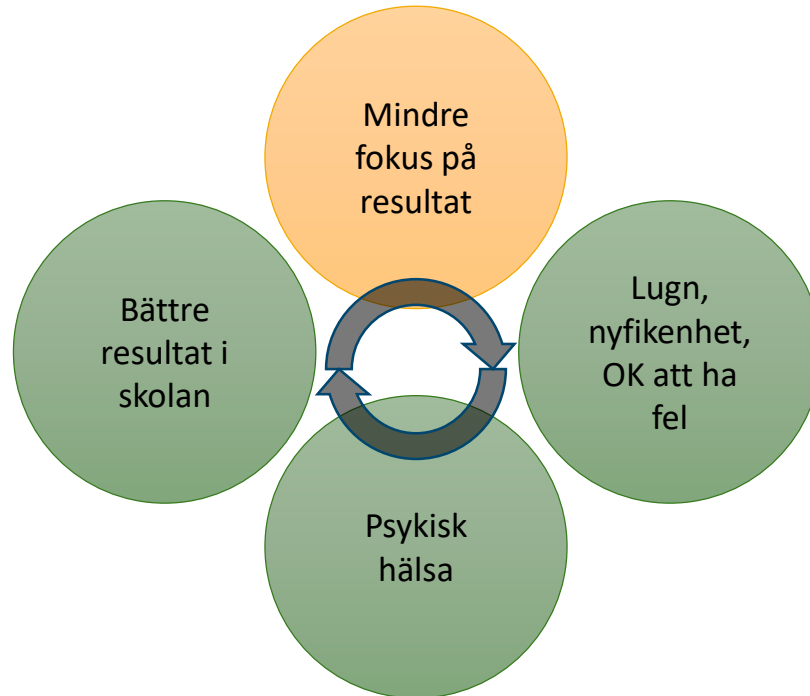


# Vikten av balans

- Vi behöver balans mellan det inre och det yttre
- Utan balans fungerar vi inte så bra



# Återställa balansen - en paradox



# Kontakt med Ungas psykiska hälsa

Ungas psykiska hälsa på webben:

<https://www.vgregion.se/ungaspsykiskahalsa>

