

**Plan för god
psykisk hälsa
i Värmland
2021–2024**

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning	2
SAMMANFATTNING	3
DEL 1. INLEDNING OCH BAKGRUND	4
DEL 2. STRATEGISKT RAMVERK	6
DEL 3. FÖRDJUPNING AV DE STRATEGISKA INRIKTNINGARNA	11
Kunskaps och behovsbaserade insatser.....	11
1. Kompetensutveckling	12
2. Tidig upptäckt	13
3. Stöd och insats	14
4. Samverkan	15
5. Ledning och styrning	16
Hur görs uppföljningen?	17
Regional koordinering psykisk hälsa	18
6. Stimulansmedlen inom överenskommelsen psykisk hälsa	18
7. Utveckling av nycklarna.....	21
8. Plan och processer.....	22
DEL 4. EFFEKTER	24
Planens förändringsteori.....	24
Förväntade effekter	25
KÄLLOR OCH REFERENSER.....	26
BILAGA 1.....	27
Aktiviteter inom området kunskaps- och behovsbaserade insatser	27
1. Kompetensutveckling	27
2. Tidig upptäckt	30
3. Stöd och insatser.....	30
4. Samverkan	33
5. Ledning och styrning	35

SAMMANFATTNING

Den läns gemensamma analys och handlingsplanen för Värmland 2016–2020, har reviderats och har ett användar- och brukarfokus där vikten av koppling till arbete och utveckling inom nära vård och kunskapsstyrning behöver vara tydlig. Invånare i Värmland ska få bästa möjliga vård och omsorg enligt bästa tillgängliga kunskap.

Det övergripande målet är god psykisk hälsa i Värmland.

Målbilder som tagits fram av brukare, anhöriga och egenerfarna inom ramen för Samsjuklighetsutredningen (S 2020:08) används som ett riktvärde i fortsatt arbete.

Psykisk hälsa är ett komplext område där alla behöver hjälpas åt för att skapa förutsättningar för ett mer hälsofrämjande samhälle och att individer ges förutsättningar att uppnå bästa möjliga hälsa och är rustade att nå sin fulla potential samt att det finns välfungerande och kunskaps- och behovsanpassade välfärdstjänster där de behövs.

Genom att arbeta med att implementera nationella kunskapsstöd och att tillhandahålla insatser på ett kunskaps- och behovsbaserat sätt samt genom regional koordinering av stimulansmedel inom överenskommelsen för psykisk hälsa, utveckling av nycklar och uppföljning, bidrar vi till att närma oss målbilderna.

Uppföljning av planen sker årligen med stöd av de uppföljningsfrågor som finns kopplade till det övergripande målet, de 10 målbilderna och de två strategiska inriktningarna.

Den psykiska hälsan på befolkningsnivå följs genom befolkningsundersökningarna Hälsa på Lika Villkor (HLV) och LiV och Hälsa samt genom elevhälsodatabasen ELSA.

DEL 1. INLEDNING OCH BAKGRUND

Nationellt

Folkhälsan har förbättrats i stort de senaste decennierna men inte den psykiska hälsan. Besvär som oro, ångest och sömnproblem har ökat de senaste 20 åren. Den ökade ohälsan är ett samhällsproblem. Individens lidande är den yttersta konsekvensen av problemet vilket även innebär stora konsekvenser i samhället, i form av lidande och oro för individens nära och anhöriga samt stora ekonomiska kostnader.

Psykisk ohälsa är en av de vanligaste orsakerna till sjukskrivning. Det övergripande målet på nationell nivå är att förebyggande insatser ska utvecklas för att främja en ökad psykisk hälsa samtidigt som personer med allvarliga och komplexa tillstånd ska få vård och stöd baserad på bästa tillgängliga kunskap.

Arbetet bedrivs på olika nivåer och måste så långt det är möjligt vara sömlöst. Det är minst lika viktigt att förebygga psykisk ohälsa på specialistnivå.

Arbetet ska öka tillgänglighet till stöd och behandling av god kvalitet och främja hälsa samt förebygga och motverka psykisk ohälsa och suicid för personer i alla åldrar. Insatserna ska bidra till ökad jämlikhet i hälsa, jämställdhet mellan kvinnor och män och att stärka barnperspektivet i enlighet med FN:s konvention om barnets rättigheter.

Värmlandsperspektiv

Värmlandsstrategin är vårt gemensamma verktyg för att skapa det Värmland vi vill ha och behöver i många år framöver. En strategi som ska peka ut en långsiktig riktning för vårt län. I Värmlands folkhälsoplan beskrivs arbetet med förutsättningar för en god och jämlik hälsa.

I denna plan för psykisk hälsa har vi fokus på insatser som krävs specifikt för att bidra till en god och jämlik psykisk hälsa för alla i en nära vård och omsorg med individens fokus. Regioner och kommuner är centrala aktörer tillsammans med brukare, patienter och anhöriga i handlingsplanen. Ett strukturerat och långsiktigt arbete är därför särskilt viktigt på regional och lokal nivå.

Kunskapsstyrningen inom hälso- och sjukvården, med tillhörande vård och insatsprogram, VIP, hanterar det bästa inom området samlat på ett och samma ställe, allt från kunskap inom området, stöd och behandling med mera, för att garantera de vi är till för, får det bästa bemötande och mötet.

Planen ska vägleda verksamhetsföreträdare. Den synliggör de strategiskt viktiga områden som behöver utvecklas samt är tänkt att bidra till att skapa en struktur och uthållighet för det hälsofrämjande och förebyggande arbetet för god psykisk hälsa i länet. Aktiviteter som ska genomföras synliggörs i aktivitetsplaner för de två strategiska områdena och kan kopplas till aktuella stimulansmedel.

Ambitionen är att samla de strukturer för samverkan och samarbete som redan finns etablerade i länet, så som samverkansarenan Nya Perspektiv, och dra nytta av lärdomar och kunskap som finns.

Uppföljning av tidigare handlingsplan

Den uppföljning som gjordes under våren 2020 av läns gemensam analys och handlingsplan 2016–2020, lyfter vikten av fortsatt utveckling vad gäller brukarinflytande och en bred ansats i framtagande av fortsatt planering och utveckling inom området. Vikten av målbild/er lyfts och att effekterna av insatser och aktiviteter måste följas upp.

Reviderad plan

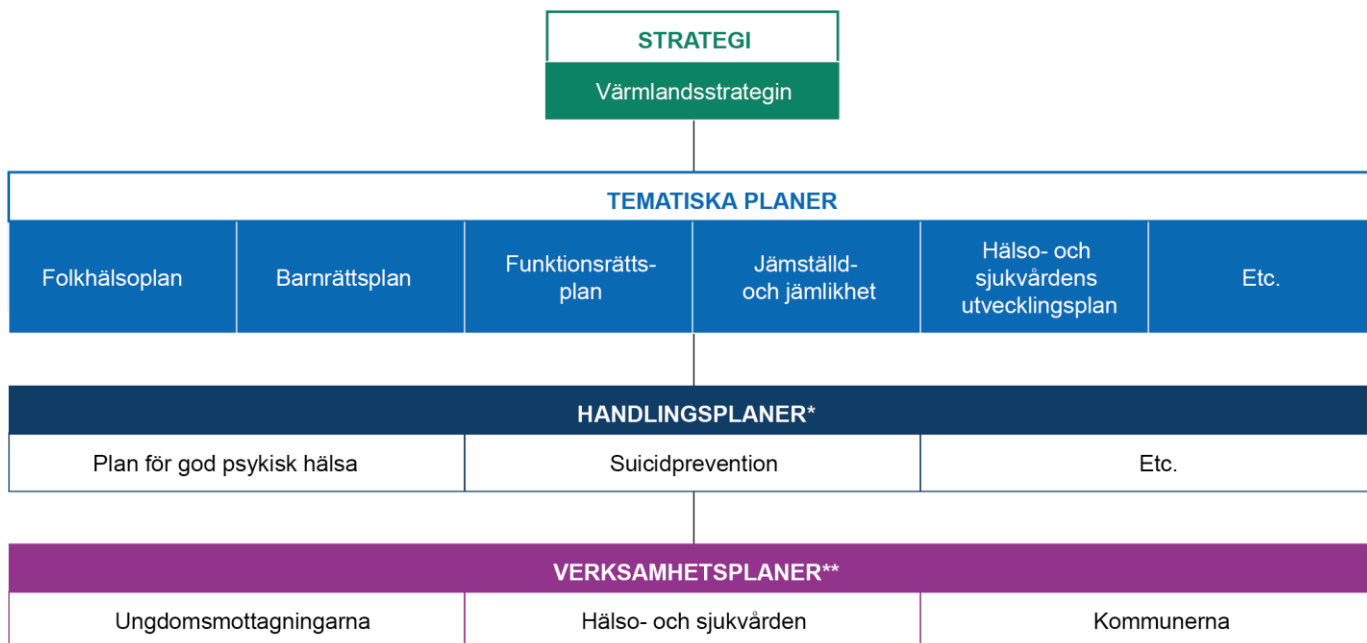
Under 2020 har processen pågått med att revidera tidigare plan med ökat fokus på brukare- och användarinvolvering. I bred delaktighet tillsammans med representation från verksamheter inom regionen och kommunerna samt brukarrepresentanter har olika aktiviteter genomförts för att ta fram behovsområden och förslag på aktiviteter.

Hur denna plan förhåller sig till andra planer

Denna bild är ett försök att illustrera hur olika planer och processer förhåller sig till varandra och gör inte anspråk på att vara heltäckande. Vi har många strategier, överenskommelser, handlingsplaner m.m. att förhålla oss till och en överblick av dessa är viktig. Samverkan utifrån dessa planer och processer sker ofta mellan och med huvudmännen, region och kommuner, men också i myndighetssamverkan med t.ex. Försäkringskassan och Arbetsförmedlingen. Andra samverkansarenor är samordningsförbund och Nya perspektiv.

Perspektiv som gäller i Värmlandsstrategin och Folkhälsoplanen gäller även i denna plan, God psykisk hälsa i Värmland. Därför blir jämställdhet, jämlikhet, hållbarhet och mänskliga rättigheter viktiga aspekter att ha med i allt arbete tillsammans med ett förhållningssätt som är normkritiskt.

Hur plan för god psykisk hälsa förhåller sig till andra planer och områden.



* Omgivande strategier/områden

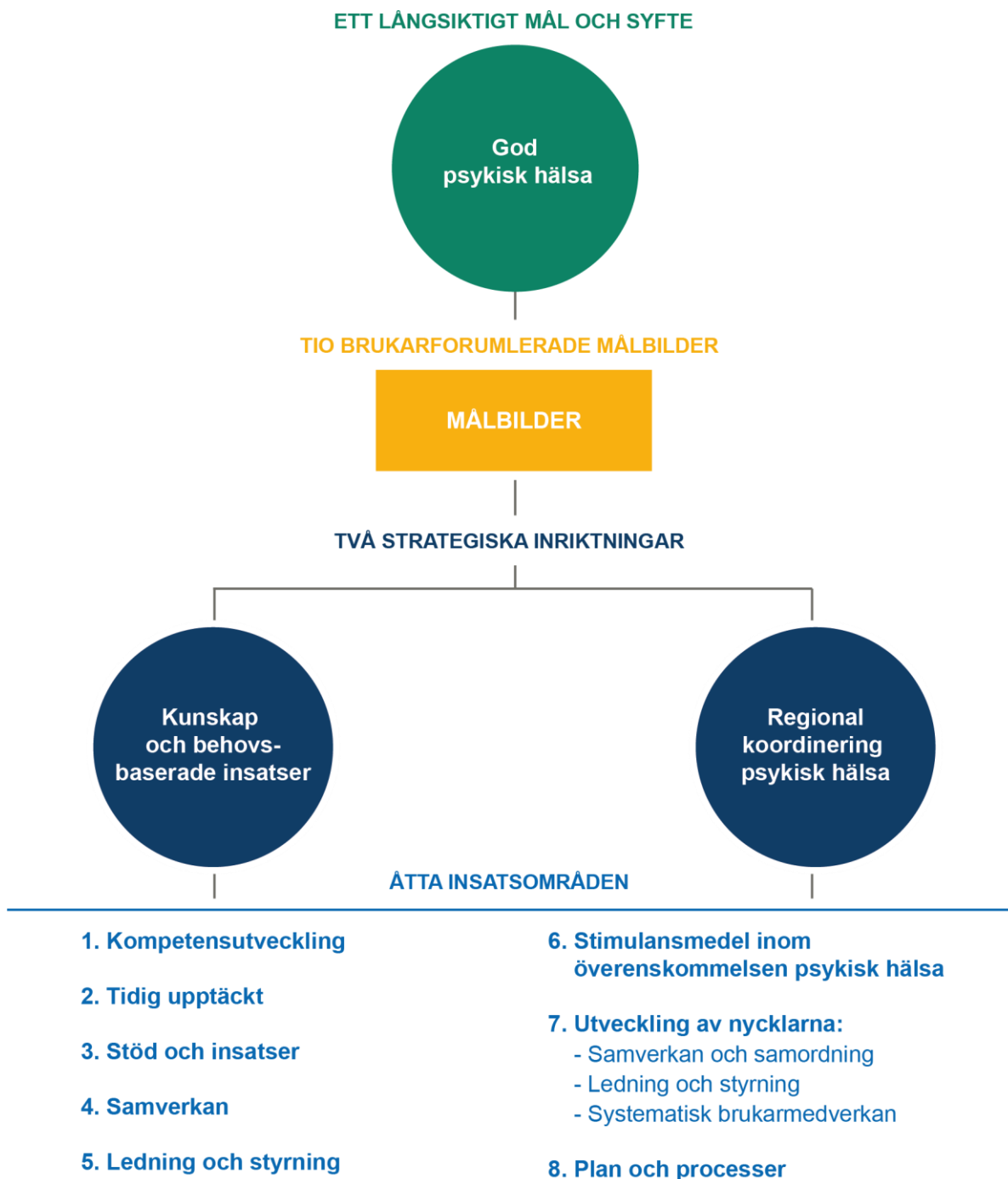
- Överenskommelsen psykisk hälsa
- Överenskommelsen Nära vård
- Nya perspektiv (inriktnings dokument)
- Strategi för hälsa
- Kraftsamling psykisk hälsa

** Lagstadgade överenskommelser

- Personer med psykisk funktionsnedsättning
- Personer som missbrukar alkohol, narkotika, andra beroendeframkallade medel, läkemedel, dopningsmedel eller spel om pengar
- Barn och unga som vårdas utanför det egna hemmet

DEL 2. STRATEGISKT RAMVERK

Planens strategiska ramverk



Långsiktigt mål och syfte: God psykisk hälsa

Vad betyder det?

God psykisk hälsa och psykiskt välbefinnande används för att beskriva de positiva delarna av psykisk hälsa. Konkret handlar det bland annat om att kunna balansera positiva och negativa känslor, att känna tillfredsställelse med livet, att ha goda sociala relationer m.m. Det handlar även om att kunna känna njutning, lust och lycka. En god psykisk hälsa är en grundläggande resurs för att man ska kunna bemästra livets olika svårigheter och även en tillgång för samhället ur en social och ekonomisk synvinkel.

Psykisk ohälsa omfattar flera olika tillstånd, med olika allvarlighetsgrad och varaktighet: från mildare och övergående besvär, till långvariga tillstånd som kraftigt påverkar funktions-förmågan och vardagen.

Begreppet kan alltså omfatta allt från lättare tillstånd av oro eller nedstämdhet till svåra psykiatriska tillstånd som bör behandlas av hälso- och sjukvården, såsom depression, ångestsyndrom eller schizofreni. (FHM, 1)

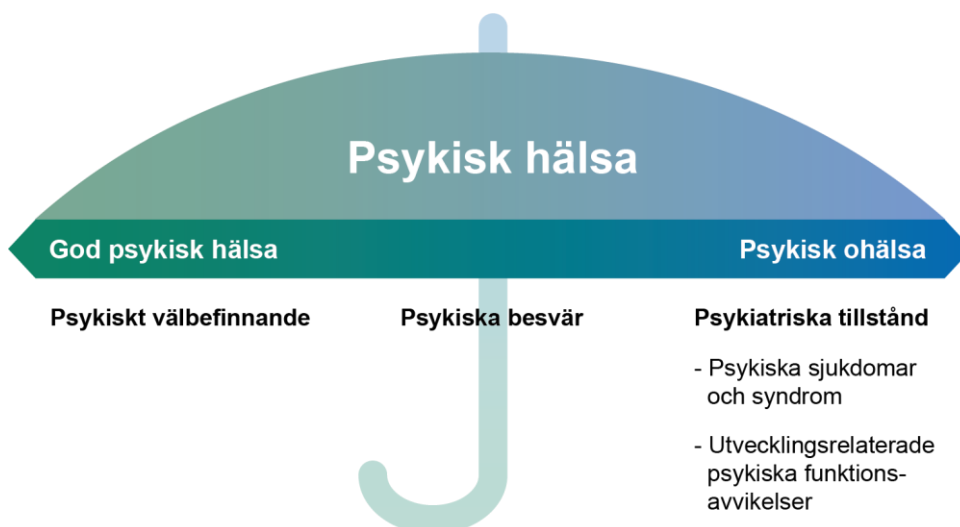


Illustration: Folkhälsomyndigheten.

Syfte och mål

Personer i Värmland ska ha god psykisk hälsa.

Genom att främja den psykiska hälsan och motverka ohälsa och suicid för personer i alla åldrar och satsa på ökad tillgänglighet av stöd och behandling av god kvalitet, när det gäller främjande och förbyggande arbete och behandling, är förhoppningen att ett närmande mot målet sker. Samt även få hållbarhet och uthållighet i välfärdstjänsterna.

Att följa upp

Uppföljning görs på befolkningsnivå

- Barn och ungas psykiska hälsa index, åk 4, 7, GY
- Antal Självmod
- Psykisk hälsa i Hälsa på lika villkor (HLV) och LiV & Hälsa

Tio brukarformulerade målbilder

På väg mot det långsiktiga målet *God psykisk hälsa bland värmlänningarna* tar planen sikte på 10 brukarformulerade målbilder. De fokuserar på vad som är värdeskapande för individen vid kontakt med vården och socialtjänsten samt de önskemål som finns om förbättringar. De beskriver inte några konkreta förslag utan lyfter fram hur hälso- och sjukvården och socialtjänsten bör fungera ur brukare, egenerfarna och deras anhörigas perspektiv.

Målbilderna som de beskrivs här syftar inte enbart till att undvika eller bli fri från psykisk ohälsa även om de skapar bättre förutsättningar till att få tillgång till relevant behandling eller stöd för att hantera sin vardag. De handlar även om ett förhållningsätt och om beteenden som det offentliga vård- och omsorgssystemet behöver för att skapa så bra tjänster som möjligt för de som vi finns till för.

Målbilderna är baserade på djupintervjuer och workshops med personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa och beroende samt deras anhöriga. Materialet är framtaget i samarbete med Experio Lab under hösten 2020 och inom ramen för Samsjuklighetsutredningen (S 2020:208).

I arbetet med planen har dessa målbilder validerats genom olika aktiviteter och det finns en bred samsyn kring att målbilderna stämmer väl även för personer utan beroendeproblematik.

Planens insatsområden har även de validerats mot målbilderna. De aktiviteter som görs och kommer att göras behöver dessutom ta sikte och riktning för att skapa de allra bästa förutsättningarna att bidra till att komma närmare dessa målbilder.



Att följa upp

Idag finns inte uppföljningssystemet på plats för att kunna svara på frågan om och hur Värmland närmar sig dessa målbilder. Det kommer att krävas ett utvecklingsarbete för att möjliggöra det.

Ett sådant arbete pågår bland annat inom Nära vård-satsningen på SKR och i samarbete med Experio Lab.

Två strategiska inriktningar

Planens strategiska inriktningar syftar till att beskriva inom vilka områden utveckling och arbeten behöver genomföras för att närma sig målbilderna och uppnå planens syfte.

För fortsatt arbete i Värmland har vi de framtagna målbilderna ur ett patient- och brukarperspektiv med oss. För att närma oss dessa målbilder behöver vi arbeta med aktiviteter som kan sammanfattas i följande strategiska områden:

- Kunskaps- och behovsbaserade insatser
- Regional koordinering psykisk hälsa

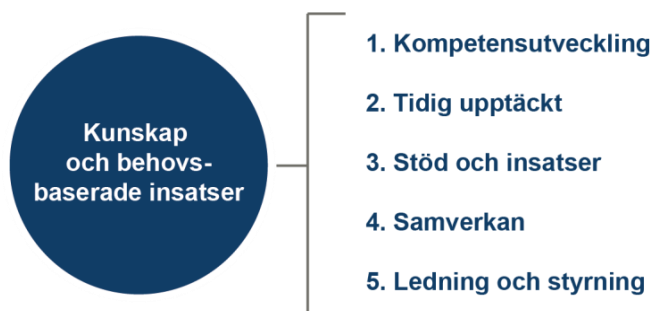
Kunskaps- och behovsbaserade insatser

Kunskaps och behovsbaserade förslag på aktiviteter har tagits fram i bred delaktighet tillsammans med verksamheter inom region och kommun i Värmland samt brukarrepresentanter.

Aktivitetserna har dessutom i lika bred representation validerats mot målbilderna.

Aktivitetserna har kategoriserats inom följande insatsområden med tillhörande utmaningsfrågor. Förslag på aktiviteter finns i bilaga 1.

Ansvarig för genomförande/utveckling av aktiviteter tas fram i dialog med aktuella verksamheter.



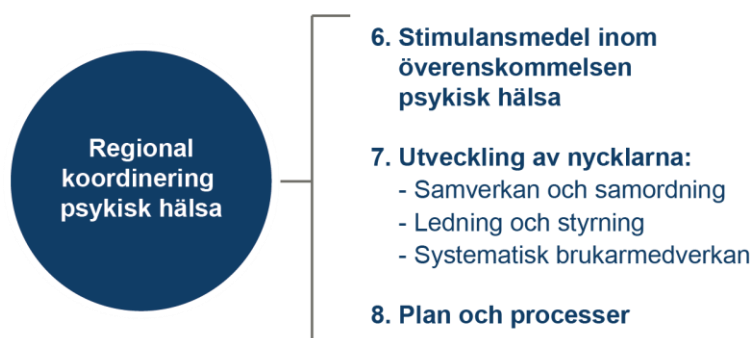
Regional koordinering psykisk hälsa

För att lyckas i genomförandet av insatserna krävs en utvecklad organisering i syfte att koordinera arbetet med psykisk hälsa i Värmland.

Insatser och aktiviteter behöver resurssättas, genomföras och följas upp. För det krävs både systematik och koordinering på en övergripande nivå.

Aktiviteter planerade inom detta område finns i bilaga 2. Övergripande ansvar för dessa aktiviteter har regionala koordinators i RKPH samordningsgrupp inom Nya perspektiv.

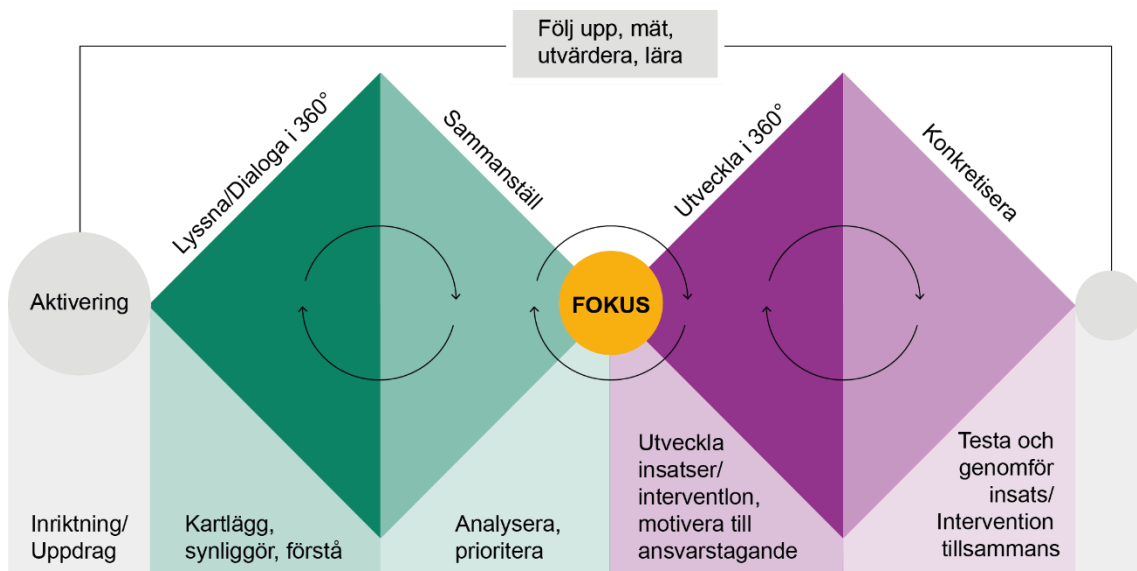
Regional koordinering psykisk hälsa sätter fokus på följande insatsområden:



Systematiskt arbete: Process och åtgärdsstyper

Det systematiska arbetet för att närma oss målet god psykisk hälsa ska genom strategiska inriktningar och insatser kraftsamla aktörer att arbeta med ett gemensamt mål. Utvecklingsarbetet/processen förhåller sig kontinuerligt till rådande till nationella riktlinjer och kunskapsstyrning.

Systematiken handlar om att både övergripande och inom varje **del** arbeta med att:



Kartlägga, synliggöra, förstå:

- skillnader inom och mellan grupper i tillgång till resurser
- bakomliggande orsaker till skillnaderna.
- hälsoutfall som är viktiga att kartlägga och följa
- aktörer som har en särskild betydelse

Analysera, prioritera:

- faktorer som är viktiga att jobba med
- grupper som är mest prioriterade
- aktörer som har möjlighet att göra nytta/skillnad

Utforma insatser, motivera till ansvarstagande

I bred samverkan mellan aktörer och målgrupper som berörs utforma insatser för att öka jämlikheten i resurstillgång inom insatsområdena.

I bred samverkan mellan aktörer och målgrupper som berörs ta fram strukturer för att motivera till ansvarstagande för att öka jämlikheten i resurstillgång inom insatsområdena.

Genomföra, testa, skapa tillsammans

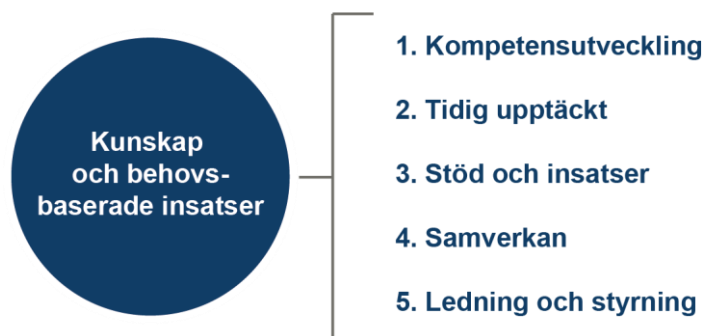
I samverkan mellan aktörer från olika samhällssektorer genomföra insatser och testa idéer.

Följa upp, mäta, utvärdera, lära

Utvärdera insatsen med avseende på de genomgående perspektiven. Utvärderingen ska undersöka alla delar av processen och mål ska sättas för att följa hur de genomgående perspektiven beaktas i alla åtgärderna.

DEL 3. FÖRDJUPNING AV DE STRATEGISKA INRIKTNINGARNA

Kunskaps och behovsbaserade insatser



De kunskaps och behovsbaserade insatserna som presenteras i planen har tagits fram i bred delaktighet tillsammans med representanter från verksamheter inom region och kommun i Värmland samt brukarrepresentanter. Aktiviteterna har dessutom i lika bred representation validerats mot målbilderna.

Dessa insatser är tänkta att vara ett stöd för verksamheter inom kommun och regionen i fortsatt utvecklingsarbete.

Utmaningsfrågorna inom de 5 insatsområdena och förslagen på aktiviteter som finns i bilaga 1 kan eller ses som stöd i utformningen av aktiviteter som förs in i verksamheternas egna aktivitets- eller verksamhetsplaner.

De strategiska områdena följs upp årligen med stöd av uppföljningsfrågor.

I slutet av året besvaras en enkät av kontaktpersoner inom olika verksamheter. Frågorna i enkäten baseras på uppföljningsfrågorna för varje insatsområde.

1. Kompetensutveckling

Värdefulla möten som bidrar till att fylla på kunskap och ger ökad trygghet i föräldraskapet behöver fortsätta utvecklas. Inom olika professioner likväl som att stärka individens egen förmåga att hantera ohälsa.

Kompetensutveckling för omsorgsgivare

Detta kan uppnås bland annat genom ett utökat föräldraskapsstöd och information om stöd som finns tillgängligt.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan verksamheter bidra så att vårdnadshavare/omsorgsgivare (utifrån sin situation) har förståelse, kunskap och förmåga att stödja sina barn under hela uppväxten?
- Hur kan verksamheter bidra till att vårdnadshavare/omsorgsgivare till barn med NP upplever att de kan stödja sina barn utifrån sin situation?
- Hur kan aktörer agera så att möten och insatser till och för vårdnadshavare (omsorgsgivare upplevs som värdefulla?

Att följa upp

- Finns ett utvecklat föräldraskapsstöd?

Kompetensutveckling för individer (invånare)

Detta kan uppnås bland annat genom insatser i skolan genom framtagna modeller.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan självkänsla och trygghet hos människor oavsett ålder stärkas?
- Hur kan verksamheter underlätta att barn, unga och vuxna upplever mening med tillvaron och kan navigera i den värld de lever i?

Att följa upp

- Hur ser stödinsatser ut för att öka ungas, men också vuxnas möjlighet att hantera svårigheter i livet?

Kompetensutveckling för personal

Detta kan uppnås genom att bygga upp långsiktig baskunskap inom flera olika områden kopplat till psykisk hälsa, psykisk ohälsa samt suicidprevention. Personal behöver ha kunskap om att se tidiga signaler och våga agera utifrån det de ser. Kan också innebära tydlig och lättillgänglig information om avtal, överenskommelser m.m.

Identifierade utmaningsfrågor:

- Hur kan medarbetares kompetens inom olika områden för att stödet till individer blir så bra som möjligt stärkas?
- Hur kan ett tillgängligt stöd för personal när det behövs skapas?
- Hur kan medarbetare stödjas i att se och agera på signaler / risk för ohälsa?

Att följa upp

- Har personal kompetens för att se och agera på signaler/risk för ohälsa?
- Har arbete skett för att stärka individers självkänsla och trygghet att hantera lättare psykisk ohälsa?

Kompetensutveckling genom omvärldsspaning

Arbetet för psykisk hälsa kräver engagemang från stora delar av samhället. Genom att förstå och ta lärdom av vad som händer i omvärlden och i olika delar av samhället kan vi i Värmland utveckla vår kompetens och förmåga att skapa värdefulla insatser. Exempelvis är idéburna aktörer en viktig resurs både när det gäller stöd till målgruppen men också i att ha kunskaper om målgruppens behov samt om vad som hindrar respektive möjliggör en önskvärd riktning för stödet till målgruppen.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan verksamheter lära av andra för att skapa mer värdefulla insatser?
- Hur kan engagemang, förståelse, kunskap och kompetens öka hos övriga aktörer i samhället att bidra i arbetet för psykisk hälsa bland befolkningen?

Att följa upp

- Har en ökning av vår förmåga att skapa värdefulla insatser genom att bedriva omvärldsbevakning och utbyten med andra aktörer skett?

Kompetensutveckling gällande data och analys

En viktig del i det granskande och uppföljande arbetet är data. Data kan i stora drag delas in i kvantitativ respektive kvalitativ. Kvantitativa data är många datapunkter med lite information i varje punkt och beskriver vad som händer i större skala i ett givet system. Det omfattar bland annat befolkningsundersökningar såsom Liv & Hälsa. Tjockdata förmedlar varför något sker på mikro- eller individnivå genom att lyfta fram berättelser, känslor, mening och perspektiv.

Vi behöver samla in och analysera data och tillgängliggöra informationen på lämpliga och målgruppsanpassade sätt.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan olika data från individer och befolkning, samlas in analyseras, förstås och kommuniceras för att förstå behov eller se mönster att utforska och lära av?

Att följa upp

- Har utveckling av förmåga att analysera, förstå och kommunicera olika typer av data skett?

2. Tidig upptäckt

Inom insatsområdet tidig upptäckt ligger fokus på att tidigt uppmärksamma signaler på ohälsa samt erbjuda insatser i rätt tid. Skolan är en viktig arena för att uppmärksamma signaler tidigt tillsammans med första linjen nivåer som vårdcentraler, mödra- och barnhälsovård, familjecentraler, ungdomsmottagningar m.fl.

Signaler

Detta kan uppnås genom att bland annat införa och använda generella screening- och bedömningsverktyg (våldsutsatthet, sextit m.fl). Våldsutsatthet är en av många riskfaktorer där forskning visat på koppling till psykisk ohälsa.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan vi systematiskt arbeta med att synliggöra risker och/eller signaler på ohälsa?

Att följa upp

- Används screenings och bedömningsinstrument i verksamheterna (t.ex. för att upptäcka missbruk våldsutsatthet, suicidalitet m.m.)?

Insatser i (rätt) tid

Detta kan uppnås genom samordning av kontakter så att insatser koordineras för att matcha individens behov av stöd.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan signalsystem skapas för att fånga upp behov så tidigt som möjligt?
- Hur kan vår förmåga att insatser ges direkt när ett behov synliggörs eller när insatsen är lämplig öka?
- Hur kan det synliggöras och säkerställas att planerad insats matchar individens behov?

Att följa upp

- Är samordning och koordinering fungerande för att genomföra och matcha stöd rätt?

3. Stöd och insats

Detta område handlar om aktiviteter och insatser direkt till brukare, patienter och personal samt anhöriga. Det är viktigt att ha god kommunikation med helhetssyn i planering av insatser och stöd till den enskilde.

Tydlig planering

Detta kan uppnås genom tex insatser som innebär sammanhållet stöd till individer i form av till exempel SIP och patientkontrakt. Kan även gälla personligt stöd som hjälper till med individers vård- och stödkontakter ex vård och stödsamordnare

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan det skapas en för individen tydlig planering för det som ska ske?
- Hur kan det skapas trygghet och planering för personer som försökt ta sitt liv och för dennes anhöriga?
- Hur skulle olika myndigheter eller verksamheter kunna utforma arbetssätt så det av individer upplevs som ett sammanhållet och sömlöst stöd?

Att följa upp

Har det skapats en tydlig planering och uppföljning av den?

Tillgänglighet

Detta kan uppnås genom en tydligare väg in och rätt vårdnivå. Utbud behöver finnas tillgängligt i hela länet och jämlikt utifrån olika behov.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan relevant stöd ges när det behövs som bäst?
- Hur skulle verksamheter kunna vara tillgängliga för olika individuella behov?

Att följa upp

- Finns en tydligare väg in till stöd och insats?

Stödinsatser/Utbud

Detta kan uppnås exempelvis genom ett tydligt utformat stöd till anhöriga såväl barn som vuxna i form av stödgrupper enskilt stöd mm. Vi behöver tillgodose barns rätt till information och stöd vid anhörigs sjukdom eller död.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan anhöriga stöttas?
- Hur kan stöd erbjuda som är logiskt och hänger ihop för den som behöver det?
- Hur kan ett behovs och kunskapsbaserat stöd erbjudas (inte bara erbjuda den hjälp som finns)?
- Hur kan personer i behov av att förändra sina levnadsvanor stöttas?

Att följa upp

- Har tydligare utformat stöd till målgrupperna skapats?

Information

Detta kan uppnås genom exempelvis bra informationsmaterial om var man vänder sig vid behov av hjälp och stöd, vem man kan få hjälp från och när det är möjligt. Informationen ska vara lättillgänglig och anpassad till olika individers behov.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan verksamheters stöd synliggöras för att underlätta för individer att göra val?
- Hur kan verksamheter samarbeta för att synliggöra helhet av insatser och/eller stöd?
- Hur kan verksamheter dela information för att identifiera tidiga signaler/risk för ohälsa?

Att följa upp

- Har information vart man vänder sig och hur man gör skapats, som är tillgänglig för alla?

4. Samverkan

Den strategiska samverkan kopplat till patientnära arbete innebär att aktörer strävar efter; samsyn när det behövs, att förståelse finns för olika ansvarsroller och att kunskap och rätt ställda förväntningar finns. Detta bidrar till goda förutsättningar för samverkan och samarbete.

Strategisk samverkan

Detta uppnås genom att känna till och följa de avtal och riktlinjer som finns (ex SIP) och nyttja befintliga samverkansforum effektivt.

Identifierade utmaningsfrågor:

- Hur kan långsiktiga relationer skapas mellan verksamheter som skapar förutsättningar för gemensamma processer?
- Hur kan processer där flera verksamheter har en del i individens helhet tydliggöras och synliggöras?
- Hur kan samsyn av ansvar, uppföljning och resurssättning i gemensamma processer skapas?
- Hur kan samverkan/samverkansprocesser styras och följas upp?
- Hur vår förmåga att dela information som flera har nytta och behov av öka?

Att följa upp

- Är övergripande riktlinjer och rutiner som gäller personcentrerat arbete kända?

Samarbete

Detta uppnås bland annat genom att tydliggöra ansvarsroller mellan olika verksamheter. De idéburna föreningarnas roll behöver också klargöras som komplement till vård och omsorg.

Identifierade utmaningsfrågor:

- Hur kan samarbete över organisatoriska gränser för att skapa ett brett utbud av insatser ske?
- Hur kan olika organisationers uppdrag och insatser/stöd för att skapa realistiska förväntningar både hos individer men även hos personal synliggöras?

Att följa upp

- Känner idéburna föreningar att deras roll är tydlig och används på rätt sätt i förhållande till patienter och brukare?

Samordning

Detta uppnås bland annat genom att man har en effektiv och tydlig omsorgskedja utifrån individens behov och delaktighet.

Patientkontrakt, individuell plan, SIP är olika exempel på verktyg.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan verksamheter koordinera insatser så att de tillsammans skapar värde för individen?
- Hur kan verksamheter tillsammans skapa kontinuitet i kontakter med individer?
- Hur kan man i varje individkontakt ta ett större ansvar för individens hela situation?
- Hur kan det bättre nyttjas möjligheten i att olika kompetenser möter individer?

Att följa upp

- Finns en tydlig och effektiv omsorgskedja utifrån individens behov och delaktighet?

5. Ledning och styrning

Gemensamma analyser och uppföljning av aktiviteter och insatser behövs för att skapa ett lärande för framtiden där brukare, patienter och anhöriga är självklara medskapare.

Uppföljning av aktiviteter

Detta kan uppnås genom att varje år följa upp insatsområden och vilka aktiviteter som genomförts.

Identifierade utmaningsfrågor

- Hur kan en systematisk uppföljning med bred data som kan analyseras, förstås och användas som beslutsunderlag skapas?
- Hur kan uppföljning av beslutade insatser ske på ett bra (rätt?) sätt?

- Hur kan fokus/prioritering på moment som planering och uppföljning öka?
- Hur kan verksamheter bidra till systematisk brukarmedverkan i planering, genomförande och uppföljning?

Att följa upp

- Hämta in resultat/effekter av genomförda aktiviteter vid årets slut och sammanställ dessa. Hinder och framgångsfaktorer i verksamheten?

Lärande

Detta kan uppnås bland annat genom att sammanställa avvikelser, synpunkter och klagomål på lokal nivå kopplat till planens insatsområden.

Identifierade utmaningsfrågor:

- Hur kan ett systematiskt lärande av genomförda insatser/processer skapas?

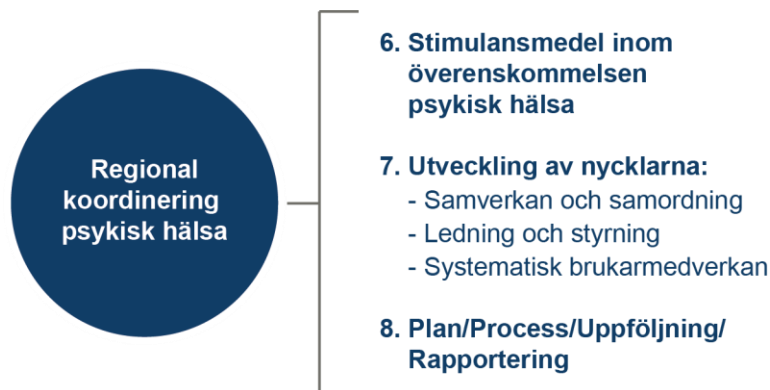
Att följa upp

- Har sammanställning genomförts av t.ex. avvikelser? Nationell patientenkät? Vad visar de?

Hur görs uppföljningen?

Uppföljning av denna plan sker årligen genom att samla in och sammanställa svaren på de uppföljningsfrågor som finns kopplat till varje insatsområde. Detta görs genom en enkät som skickas ut till kontaktpersoner i länets kommuner och inom regionen. Utskick av enkät sker i slutet av året och sammanställningen görs i januari kommande år.

Regional koordinering psykisk hälsa



För att bidra till god psykisk hälsa i länet krävs en utvecklad organisering för att koordinera arbetet med psykisk hälsa i Värmland.

Insatser och aktiviteter behöver resurssättas, genomföras och följas upp. För det krävs både systematik och koordinering på en övergripande nivå.

6. Stimulansmedlen inom överenskommelsen psykisk hälsa

Nationell överenskommelse

I överenskommelsen för insatser inom området psykisk hälsa och suicidprevention för år 2021–2022 beskrivs inriktningen. Kopplat till överenskommelsen finns stimulansmedel som rekvideras av kommuner och regioner. En del av stimulansmedlen är särskilt uttalat för länsgemensamma insatser. (Insatser inom området psykisk hälsa och suicidprevention 2021–2022.)

En ny nationell strategi för psykisk hälsa håller på att tas fram och ska vara klar 2023. Fram till dess gäller tidigare antagen strategi med fem långsiktiga fokusområden;

- Förebyggande och främjande arbete
- Tillgängliga tidiga insatser
- Enskildas delaktighet och rättigheter
- Utsatta grupper
- Ledning, styrning och organisation

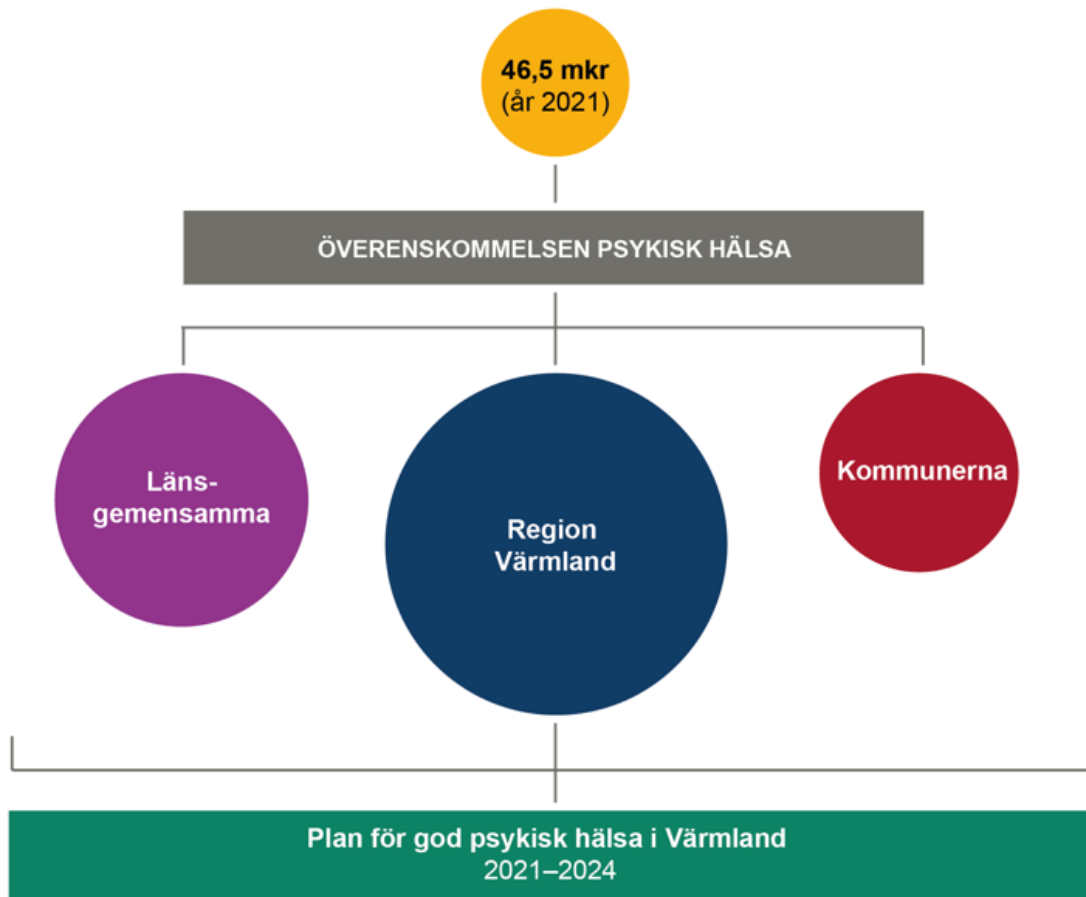
De gemensamt validerade aktiviteterna inom kunskaps och- behovsbaserade insatsområden går att koppla ihop med dessa nationella fokusområden.

För att lyckas i genomförandet av insatserna krävs en utvecklad organisering i syfte att koordinera arbetet med psykisk hälsa i Värmland.

- Insatser behöver resurssättas, genomföras och följas upp. För det krävs både systematik och koordinering på en övergripande nivå.
- Regionala koordinatörer har ett övergripande ansvar för planering och återrapportering av stimulansmedel för psykisk hälsa.
- Arbete fortsätter med att tydliggöra kopplingen mellan stimulansmedel och plan för god psykisk hälsa.

- För stimulansmedlen sker koordinering och samordning med utsedda kontaktpersoner i varje kommun och region för respektive del och område.

Värmlands stimulansmedel



Att följa upp

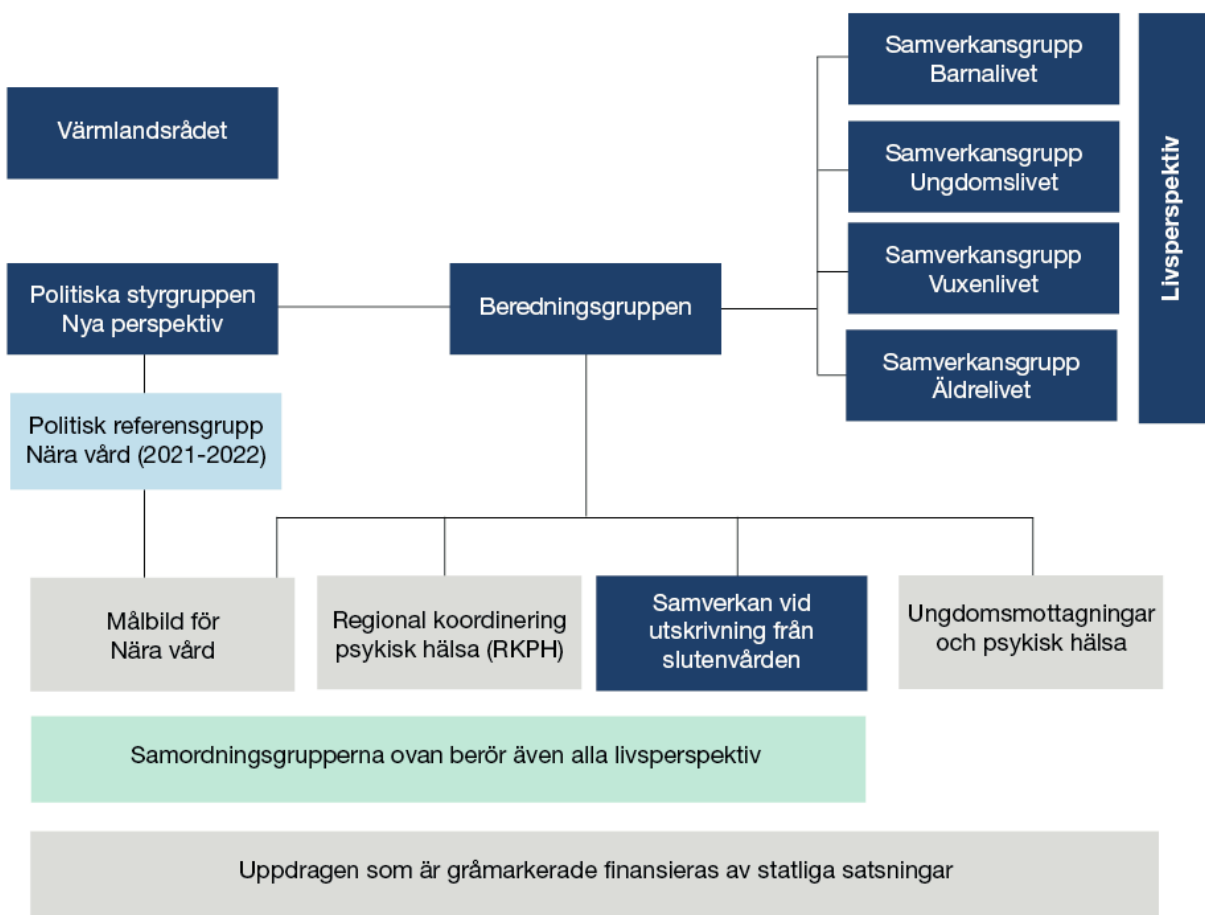
- Ansvarsfördelning och budgetering av insatser.
- Genomförd återrapportering till SKR.

Koordineringen – En del av Nya perspektiv

Nya Perspektiv är en organisering för samverkan och samordning mellan Värmlands 16 kommuner och regionen. Med övergripande och gemensamma inriktningar och målsättningar tydliggörs grupper/områden inom barn och utbildning, socialtjänst, vård- och omsorg samt hälso- och sjukvård som särskilt behöver våra gemensamma insatser. Politisk styrgrupp, beredningsgrupp och samordningsgrupper, där regional koordinering psykisk hälsa samordningsgrupp (RKPH) är en, är alla delar i denna samverkansarena. (Nya perspektiv politiskt inriktningsdokument, 2020)

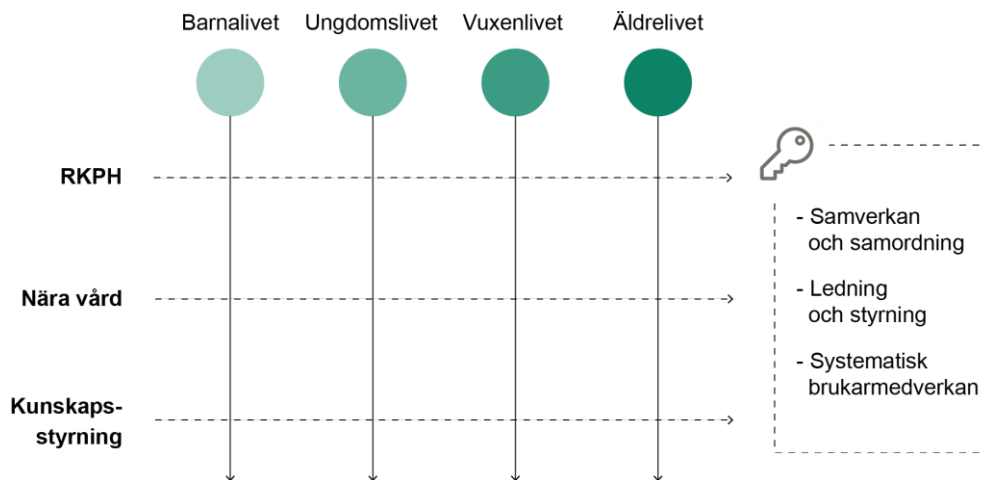
Många gånger behöver andra aktörer som Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen, länsstyrelsen och samordningsförbund delta i samverkan.

Nya perspektivs organisering



Vissa av planens aktiviteter och insatsområden som berör både kommun och region samt bidrar till någon eller flera målsättningar skulle kunna planeras, samordnas och synliggöras genom samordningsgrupperna inom Nya perspektiv.

Nära vård och kunskapsstyrning inom hälso- och sjukvården samt socialtjänsten är processer som behöver samordnas tillsammans med det utvecklingsarbete som sker inom området psykisk hälsa kopplat till de nationella stimulansmedlen.



7. Utveckling av nycklarna

Fortsatt utveckling behövs inom de strategiskt viktiga förutsättningarna; ledning och styrning, samverkan och samordning samt systematisk brukarmedverkan.

Samverkan och samordning

Kraftsamling för psykisk hälsa, tillsammans med strategi för hälsa och nära vård, som alla samordnas av SKR påpekar att psykisk hälsa berör alla, och att lösningar därför måste vara breda och tvärssektoriella.

Olika aktörer har olika uppdrag, gör olika saker och har olika betydelse och ansvar.

Det som strategi för hälsa, nära vård och kraftsamling alla gemensamt syftar till är:

- Att skapa förutsättningar för ett mer hälsofrämjande samhälle.
- Att individer ges förutsättningar att uppnå bästa möjliga hälsa och är rustade att nå sin fulla potential.
- Välfungerande och behovsanpassade välfärdstjänster.

Kunskapsstyrningen inom såväl hälso- och sjukvården samt socialtjänst syftar till att personal inom kommun och region ska ha rätt förutsättningar i mötet med brukaren att kunna ge stöd som bygger på bästa tillgängliga kunskap.

Utveckling av nära vård pågår nationellt. Kärnan i denna utveckling är ett personcentrerat arbetssätt som utgår från individens behov och förutsättningar. Det innebär att se, involvera och anpassa insatserna efter vad som är viktigt för just den personen.

Gemensamt behöver aktörer i Värmland skapa möjligheter att samlas där olika perspektiv kan göras synliga och samskapande kan ske. Nya perspektiv är en viktig samverkansarena för det aktiviteter och samordning som sker i samverkan mellan kommun och region. Några exempel är arbetet med nära vård och kunskapsstyrning.

Ett exempel på samverkan som krävs enligt lag är de samverkansöverenskommelser som ska tydliggöra respektive huvudmans ansvarsfördelning och gemensamt ansvarstagande för grupper som behöver samplanerade insatser.

Det gäller:

- personer med psykisk funktionsnedsättning.
- personer som missbrukar alkohol, narkotika, andra beroendeframkallande medel, läkemedel, dopningsmedel eller spel om pengar.
- barn och unga som vårdas utanför det egna hemmet.

Hanteringen och samordningen av överenskommelserna bidrar i skapandet av långsiktiga strukturer för samverkan.

Att följa upp

- Har de lagstadgade överenskommelserna samordnats?
- Är olika pågående processer som berör psykisk hälsa samordnade? (Samverkan och samordning)
- Har förmågan att arbeta systematisk med brukarmedverkan utvecklats? (Systematisk brukarmedverkan)
- Har förmågan att organisera arbetet med psykisk hälsa effektivt utvecklats? (Organisering, ledning och styrning)

Ledning och styrning

Att skifta från att formulera och lösa problem uppifrån och ner till att jobba mer inkluderande kräver förmåga att fokusera om. Genom att utmana vanor, inarbetade arbetssätt och normer kan ett mer sammanhållet arbete uppnås.

Arbetet med psykisk hälsa på flera nivåer kräver en flexibel, ansvarsfull och engagerad ledning- och styrning där tillit och förtroende är viktiga beståndsdelar för att nå syftet att skapa värde och nytta för och tillsammans med våra invånare.

Systematisk brukarmedverkan

En systematisk brukarmedverkan är viktig för att säkerställa en god kvalitet och utveckling av vård och omsorg. Regeringen och SKR är överens om att det behövs förstärkta satsningar på att stödja samverkan mellan patient-, brukar- och närståendeföreningar och andra intresseföreningar och att det är ett gemensamt ansvar för kommun och region att stärka den enskildes inflytande över sin vård och omsorg men också stärka organisationernas delaktighet.

Gemensamma analyser behövs för att skapa ett lärande för framtiden där brukare, patienter och anhöriga är självklara medskapare på övergripande nivå.

En god start i samarbete med Nationell samverkan för psykisk hälsa i Värmland, NSPHiV, har påbörjats och kommer fortsätta utvecklas med stöd av stimulansmedel och aktiviteter kopplat till detta område.

8. Plan och processer

Insatser och aktiviteter i handlingsplanen behöver resurssättas, genomföras och följas upp. För det krävs både systematik och koordinering på en övergripande nivå.

Arbetet med att koordinera planen och processer på övergripande nivå leds av två regionala koordinatörer tillsammans med processtöd i form av utvecklingsledare med tjänstedesignkompetens. Kommunikationsstöd är också kopplat till arbetet.

En samordningsgrupp (regional koordinering psykisk hälsa, RKPH) finns med syfte att samordna insatser i länet med utgångspunkt i plan för god psykisk hälsa i Värmland och stöd av stimulansmedel. I gruppen finns representanter från kommuner och regionen. Representanterna i gruppen har koppling till olika pågående processer som berör eller angränsar till området psykisk hälsa.

Intentionen är att allt arbete görs gemensamt med brukar- och anhörigföreningarna inom nationella samverkan för psykisk hälsa i Värmland, NSPHiV.

Fyra områden är särskilt lyfta för länsgemensamma insatser i den nationella överenskommelsen "insatser inom områdena psykisk hälsa och suicidprevention". Stimulansmedel finns knutet till områdena samsjuklighet, brukarmedverkan, suicidprevention och ungdomsmottagningsarbete. Det innebär att särskilda aktivitets eller handlingsplaner med en högre detaljnivå krävs för dessa delar.

Uppföljningen av planen och återredovisning av stimulansmedlen ska förhålla sig till:

- Jämställdhet
- Jämlikhet
- Hbtqi
- Tillgänglighet
- Mångfald
- Barnperspektivet
- Äldres perspektiv

Uppföljning och utvärdering

Ett övergripande ansvar för detta har koordinatorena inom RKPH, Nya perspektiv.

Insatsområden

Uppföljning sker årligen genom att samla in och sammanställa svaren på de uppföljningsfrågor som finns kopplat till varje insatsområde. Detta görs genom en enkät som skickas ut till kontaktpersoner i länets kommuner och inom regionen. Utskick av enkät sker i slutet av året och sammanställningen görs i januari kommande år.

En årlig rapportering av utvecklingen och effekter av arbetet kopplat till stimulansmedel sker till SKR. Ett av underlagen är den enkät som skickas ut för uppföljning av planen för psykisk hälsa i Värmland.

10 Målbilder

Ett utvecklingsarbete pågår nationellt för att hitta ett uppföljningssystem med indikatorer för att följa hur vi bättre når de framtagna målbilderna.

Med genomförda aktiviteter inom de strategiska områdena är förhoppningen att det bidrar till ett närmande av målbilderna.

Långsiktigt mål

Den psykiska hälsan följs på befolkningsnivå genom befolkningsundersökningar som Liv & Hälsa, Hälsa på lika villkor (HLV) samt när det gäller unga genom elevhälsodatabasen ELSA.

Revidering

Revidering och kompletteringar sker vid betydande förändringar på nationell eller regional nivå som har särskild inverka på innehållet i denna plan. Giltighetstid till och med 2024-12-31.

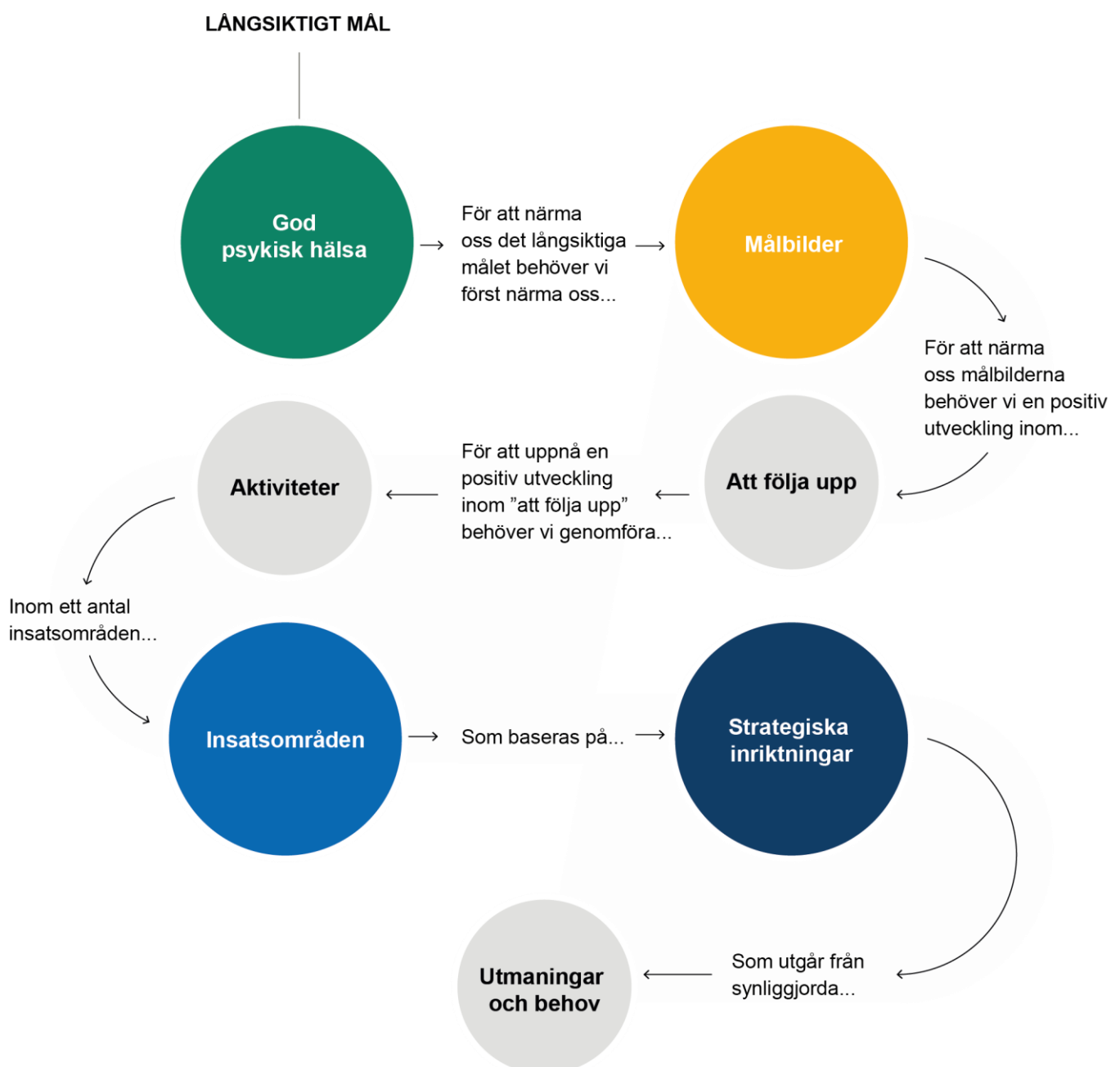
DEL 4. EFFEKTER

Planens förändringsteori

Planens förändringsteori tar utgång i det långsiktiga målet och bryter i omvänd kronologisk ordning ner planen i en stegvis teoretisk förändring.

En förändringsteori är ett verktyg för att öka förståelsen för vad en verksamhet, projekt, strategi eller program förväntas åstadkomma och på vilket sätt.

Övergripande målsättningar bryts ner till mindre och konkreta delar och gör en logisk förändringsresa synlig.



Förväntade effekter

Bättre överblick och koordinering av befintliga strategier, handlingsplaner och överenskommelser bidrar till ökad förståelse för när det finns "kopplingar" mellan och när de skiljer sig åt. Värmlandsstrategin, folkhälsoplanen och Planen för god psykisk hälsa har liknande övergripande mål även om det är formulerade på olika sätt och vägen mot målet delvis ser olika ut.

Andra satsningar och arbeten bidrar till förbättrade effekter för värmlänningen, som utvecklingsarbetet av nära vård och kunskapsstyrning inom hälso- och sjukvård och socialtjänst, och innebär förbättrad vård och omsorg för de vi är till för.

Förväntade effekter av de synliggjorda utmaningar och behoven i Värmland sker på kort och lång sikt. Att uppföljning sker av de aktiviteter som genomförs inom insatsområdena bidrar till ett lärande och att närma oss målbilderna och målet.

Effekter på kort sikt

På kort sikt förväntas effekter inom nedanstående områden genom årliga uppföljningar av de uppföljningsfrågor som finns i handlingsplanen.

Att personal får ökad förståelse för de genomförda aktiviteterna och vad effekten av den genomförda aktiviteten innebär för invånaren.

Förbättrade förutsättningar för samverkan och utveckling

- Fler aktörer i Värmland arbetar samordnat med psykisk hälsa.
- Stimulansmedlen används på ett medvetet sätt.
- Resurser för att arbeta med psykisk hälsa i Värmland nyttjas mer effektivt.

Effekter på lång sikt

På lång sikt förväntas att utvecklingsarbete i form av insatser och aktiviteter, inom de strategiska områdena i planen, ska bidra till att närma sig de 10 målbilderna samt det övergripande målet, en god psykisk hälsa i Värmland.

Som då även bidrar till att uppnå effektmålen i Värmlandsstrategin rörande: god och jämlik hälsa, tillgång till kompetens och hållbar livskvalité.

Effekterna bör ytterst synliggöras och märkas av värmlänningen som är användare av kommuner och regionens vård och omsorg. Den kan och bör även märkas inom verksamheter och för personal.

På längre sikt förväntas positiva effekter synas på befolkningsnivå genom statistik från Liv & Hälsa, Hälsa på lika villkor (HLV) samt elevhälsodatabasen ELSA.

KÄLLOR OCH REFERENSER

Referenser

1. Överenskommelse mellan staten och Sveriges Kommuner och Regioner om insatser inom området psykisk hälsa och suicidprevention 2021–2022, regeringskansliet (publicerad 29 december 2020)
2. Om Värmlänningarna 2019 – planeringsunderlag, Region Värmland
3. Psykisk hälsa och ohälsa i Värmland – Region Värmland (utgivningsår 2020)
4. Politiskt inriktningsdokument Nya Perspektiv, Region Värmland (årlig revidering)
5. Utvärdering av läns gemensam analys och handlingsplan för Värmland 2016 – 2020. Stöd till riktade insatser inom området psykisk hälsa 2016 – 2020, Bengt Stenström Region Värmland (2020)
6. Samsjuklighetsutredningen; S 2020:08 Samsjuklighetsutredningen.
7. Analys från Workshop med samsjuklighetsutredningen 13 januari 2021, Region Värmland

Länkar till webbsidor

www.regeringen.se

www.skr.se

[Kraftsamling psykisk hälsa | SKR](#)

Här kan man läsa mer om överenskommelsen ”Insatser inom området psykisk hälsa och suicidprevention”, kraftsamling psykisk hälsa, strategi för hälsa m.m.

www.folkhalsomyndigheten.se

[Psykisk hälsa och suicidprevention — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

www.regionvarmland.se/vardgivarwebben/psykiskhalsa

Här kan man läsa mer om psykisk hälsa och hitta material inom området psykisk hälsa, nationellt och regionalt/lokalt.

www.regionvarmland.se/folkhalsa www.regionvarmland.se/folkhalsaisiffror

Här finns olika rapporter och planeringsunderlag som gäller befolkningens hälsa inklusive psykisk ohälsa i Värmland

BILAGA 1

Aktiviteter inom området kunskaps- och behovsbaserade insatser

I bilaga 1 finns de beskrivna utmaningsfrågor och förslag på aktiviteter som är direkt kopplade till den strategiska inriktningen som heter kunskaps- och behovsbaserade insatser i planen. Dessa förslag och frågeställningar kan underlätta och/eller ses som stöd i utformningen av aktiviteter som planeras att genomföras i verksamheternas egna aktivitets- eller verksamhetsplaner.

Flera aktiviteter är igång inom insatsområdena och många har angränsande områden. Nedanstående är utmaningsfrågor med förslag på validerade aktiviteter att genomföra/utveckla och arbeta med.

1. Kompetensutveckling

Kompetensutveckling för omsorgsgivare

Hur skulle vi kunna bidra så att vårdnadshavare/omsorgsgivare (utifrån sin situation) har förståelse, kunskap och förmåga att stödja sina barn under hela uppväxten?

- Anhörigföreningar bör bjudas in till föräldrautbildning på BUP ang. NPF (Aktör: Regionen)
- Anordna föräldramöten med information om barns utveckling och hälsa, visa filmer. Även sända ut länkar till filmer till föräldrar. Det finns filmer om psykisk hälsa anpassade till olika stadier i barns utveckling.
- Förse föräldrar med bättre stöd och verktyg för att stötta sina barn (Aktör: BUP, Familjecentraler, Vårdcentraler)
- Samsyn, gemensamma möten, anordna gemensamma utbildningsinsatser, ex ha gemensamma föräldragrupper, utbildningar och stöd för föräldrar.

Hur skulle vi kunna bidra till att vårdnadshavare/omsorgsgivare till barn med NP upplever att de kan stödja sina barn utifrån sin situation?

- Utökat föräldrastöd för barn med NP, även innan diagnos.
- Information om vilka stöd-och resurser som finns att tillgå för både individen och för anhöriga, bland annat möjlighet till personligt ombud. (Aktör: Region/kommun)

Hur skulle aktörer kunna agera så att möten och insatser till och för vårdnadshavare/omsorgsgivare upplevs som värdefulla?

- Information om rätten till en SIP för individen och anhöriga. Höja kvaliteten på SIP, möten måste vara väl förberedda och följas upp. (Förekommer idag att individer nekas SIP.) (Aktör: Region/kommun)
- Förtydliga information om SIP, både till kommun/region/anhörig (Aktör: Regionen/kommunen samt anhörigföreningar).

Kompetensutveckling för personal

Hur skulle vi kunna stärka medarbetares kompetens inom olika områden för att stödet till individer blir så bra som möjligt?

- Resurser till tid och till kunskap. Jämlikhet över länet. Översikt, hur ser det ut i länet, checklista för kunskap, vilken kunskap krävs. Bygga upp långsiktigt, baskunskap. (Aktörer: Kurator UM, FC, elevhälsa, BVC, socialtjänsten BUP, första linjen).
- Ta tillvara erbjudanden från ideella organisationer ex: föreläsning "livsviktigt snack – suicid zero" – använda goda exempel från olika kommuner (Aktör: Kommuner)
- Utbilda förskolepersonal i hur orosanmälan görs och går till. Detta för att ge trygghet till personal.
- Skapa möjligheter för kompetensutveckling, inom ätstörningsområdet, här ligger Värmland efter. Rutiner måste tas fram där nya metoder exempel BED inkluderas. Mer resurser krävs för denna stöd vid diagnos.
- Stärka kunskapen, baskunskap viktig kring barn, ungdomar och deras utveckling (Kunskap inom NP, depression, ångest, TMO, suicid). Personal som möter många patienter behöver extra utbildning, förståelse för problematiken och hur man kan ge stöd och vård. Screening behövs avseende kunskapsbehov bland personal i länet.
- Utbildning i psykiatri för baspersonal
- Stärka kunskapen om psykisk hälsa till all omsorgspersonal till exempel genom föreläsning i psykisk hälsa för personal – "alla liv tillsammans" (Aktör: Nya Perspektiv). Detta för att kunna fånga upp äldre i riskzonen.
- Öka kunskap bland personal om bemötande till målgrupperna. Erbjud stödfunktioner i vardagen. Möta behovet av struktur. Individanpassa verksamheter. (Aktör: Region Värmland och till kommuner)
- Levnadsvanor, bättre struktur, behov av att byggas ut inom psykiatri. motivation och stöd under insatsens gång. Utbilda och erbjuda hälsocoacher. (Aktör: Region Värmland och till kommuner)
- HBTQI certifiering av UM och elevhälsa (Aktör: Styrgrupp FC)
- Stärka kompetensen bland sjuksköterskor om roller och ansvar inom för att kunna ta ett större koordineringsansvar, som stöd till patienter, agera lots
- Kompetens: Fortsatt utveckling av specialistteam inom psykiatri i länet. NP team finns, men även fobi, trauma, depression specialistteam borde byggas upp.
- Föreläsning för personal av samordnare för transvård, en relativt ny funktions inom RV (aktör: Region Värmland ge till kommun)
- Återkommande kompetenshöjande aktiviteter för skolpersonal och elever om psykisk ohälsa (Aktör: Styrgrupp FL)
- Vård och insatsprogram

Kompetensutveckling för personal

Hur skulle vi kunna skapa ett tillgängligt stöd för personal när det behövs?

- Förtydliga information om SIP, både till kommun/region/anhörig (Aktör: Regionen/kommunen samt anhörigföreningar)
- Tydlig samverkan mellan skola Första linjen och socialtjänst SIP och alltid anordna en s.k. "för-SIP", ett förberedande möte för att uppnå sömlösa insatser, göra insatser samordnat istället för en i taget. Detta för att uppnå ett mer kvalitetssäkrat och samordnat stöd till barn. (Se exempel Skäggetorp en samordningstjänst som Hilda Jonsson har)
- Upprätta en gemensam digital plattform för verksamheter i länet- med information, utbildningar online, överenskommelser, kontaktlistor etc. (Se exempel Saga@Sollentuna.se)

Hur kan vi stödja medarbetare att se och agera på signaler / risk för ohälsa?

- Mobil hemsjukvård måste ges mer psykiatrisk kompetens för att fånga upp de med tyngre problematik. Personal måste även ha kunskap vart de kan vända sig för stöd då de besöker personer i riskzonen, vid upptäckt/risk för depression.
- Kompetenshöjning hos personal som möter personer i riskgrupper för att våga ställa frågor om våld och kunna identifiera riskfaktorer. Samt när vi kan ställa frågor. Säkerställa att frågor ställs på "rätt sätt". (Personal som behöver stöd och kompetens är bl.a.: Vårdcentral, Arbetsförmedling, Försäkringskassan, UM, BVC, BMM; socialtjänst, polis, företagshälsovård) Synliggöra och tänka utanför sitt eget område
- Våld i nära relation, det finns ett mörkertal. Stärka möjligheterna att identifiera våldsutsatta personer. Utbildningsbehov finns. Tid för reflektion från professionerna. Upprepa frågorna kring våld vid flera tillfällen inom vård och omsorg. (Aktör: Region Värmland och till kommuner)

Kompetensutveckling gällande data och analys

Hur skulle vi kunna samla in, analysera, förstå och kommunicera olika data från individer och befolkning, för att förstå behov eller se mönster för att utforska och lära av?

- Använda befintlig statistik, omvandla i aktiviteter. Analys av data är viktigt för att kunna avgöra vilka åtgärder som är relevanta samt för att kunna anpassa verksamheten. Skolsköterskor / Elevhälsan ska även de ha tillgång till statistik om till exempel skolfrånvaro.

Kompetensutveckling för individer (invånare)

Hur skulle vi kunna stärka självkänsla och trygghet hos människor oavsett ålder?

- Generella insatser i skolan; livskunskap på schemat för att minska stress
- Skolan: Ge livskunskap, lyfta psykisk hälsa i skolan. Samtal om/uppföljning av existentiella frågor i skolan. Bjuda in representanter från civil samhället med olika kompetenser (såsom RSFU). Utredda vilket material som används för livskunskap och vilket som finns nationellt. Ta fram goda pedagogiska exempel i Livskunskap (t.ex. "Tio goda råd", som används i Karlstad. Utbilda lärare i dessa verktyg. Se till att utbildningsmaterial finns tillgängligt.
- Stärka barns resiliens /motståndskraft till exempel genom metoden RESCUR- "Jag vill, jag kan, jag törs" – ökad kunskap bland unga om vad psykisk hälsa och ohälsa faktiskt är

Kompetensutveckling genom omvärldsspaning

Hur skulle vi kunna lära av andra för att skapa mer värdefulla insatser?

- Utredda vad andra län gör inom det förebyggande området, hämta in idéer

Hur skulle vi kunna öka engagemang, förståelse, kunskap och kompetens hos övriga aktörer i samhället att bidra i arbetet för psykisk hälsa bland befolkningen?

- Försöka öka fastighetsägares engagemang i äldres utanförskap

2. Tidig upptäckt

Signaler

Hur kan vi systematiskt arbeta med att synliggöra risker för och/eller signaler på ohälsa?

- Våld i nära relationer: Våga fråga och använda de metoder som finns för att skatta våld (Aktör: Regionens primärvård, socialtjänst, skola)
- Frågor ska ställas kring våldsutsatthet, frågor ställs vid misstanke av BMM och BVC, även hos folktandvården (Aktör: Region)
- Följa upp sjukfrånvaro och skolfrånvaro, speciellt följa upp frekventa korttidssjukskrivningar (Aktörer: Arbetsgivare, Försäkringskassan, Vårdcentral) . (Det finns instrument för läkare som kan sätta in åtgärder vid frekventa korttidssjukskrivningar, SKR:s riskbedömning)
- Våld i nära relation, det finns ett mörkertal. Stärka möjligheterna att identifiera våldsutsatta personer. Utbildningsbehov finns. Tid för reflektion från professionerna. Upprepa frågorna kring våld vid flera tillfällen inom vård och omsorg. (Aktör: Region Värmland och till kommuner)
- Finns idag: SEXIT på UM, screeninginstrument
- Våldsutsatta-risken med digitala kontakter. Vissa frågor kan inte ställas digitalt ur säkerhetssynpunkt, samt svårighet att avläsa mående hos patienten/klienten. Svårt att identifiera våldsutsatthet digitalt.
- Erbjudna hembesök till alla 65+ för att fånga upp psykisk ohälsa i förebyggande syfte. Ett team som består av DS, Arbetsterapeut, socionom för att fånga upp de personer som riskerar psykisk ohälsa i samband med pension.

Insatser i (rätt) tid

Hur skulle vi kunna skapa signalsystem för att fånga upp behov så tidigt som möjligt?

- Alltid inleda stödinsatser med en kartläggning innan till exempel KBT
- Avsätta tid i början för att spara i slutänden, erbjuda samtalsstöd tidigt.

Hur skulle vi kunna öka vår förmåga att insatser ges direkt när ett behov synliggörs eller när insatsen är lämplig?

- Fler biståndsbedömare för att kunna få insatser i tid
- Sammanhållen struktur som för autism (SSA), för att uppnå tidiga stödinsatser. (Finns nu ett pågående projekt)

Hur kan vi synliggöra och säkerställa att planerad insats matchar individens behov?

- Mer resurser till Elevhälsan för att kunna jobba förebyggande.

3. Stöd och insatser

Tydlig planering

Hur skulle vi kunna skapa en tydlig planering för det som ska ske?

- Utredda hur vi bäst hittar unga vuxna för att ge adekvat förebyggande stöd
- Förbereda pensionstiden: Hur går personer in i pension. Involvera arbetsgivare i omställning

- Personligt ombud till personer med funktionsvariationer, men även "lots" till andra behövande för att de ska nå / öka möjligheterna till sociala och fysiska aktiviteter
- "Äldrekoordinator" som stöttar och samordnar de behov och insatser personen behöver. Även att denne koordinator samordnar SIP samt samordnar kontakter mellan kommuner och regionen. Äldrekoordinators måste veta hur man kallar till en SIP, hur en SIP upprättas och syftet med SIP:

Hur kan vi skapa trygghet och planering för personer som försökt ta sitt liv och för dennes anhöriga?

- Vårdplanering måste alltid ske kring individer som begått suicidförsök (Aktör: Regionen)

Hur skulle olika myndigheter eller verksamheter kunna utforma arbetssätt så det av individer upplevs som ett sammanhållet och sömlöst stöd?

- Stöd till familjerna att hålla ihop alla vårdkontakter, ex. inom Karlstad kommun finns personlig koordinator som upplevs fungera bra. Bör finnas i alla kommuner. (Aktörer: Region, FINSAM)
- De personer som fyllt 65 år som redan finns inom socialpsykiatri behöver en smidigare övergång till hemsjukvården.
- Öka användning av SIP. (Aktör: Region Värmland och till kommuner)

Tillgänglighet

Hur skulle vi kunna ge relevant stöd när det behövs som bäst?

- Ett tillgängligare BUP: Öppna en fungerande psykiatrisk akutmottagning dygnet runt för unga i länet.
- Upprätta en stödlinje dygnet runt för personen såväl som för anhöriga. Lägga ut information om stödlinje på hemsida. Bör kunna finnas kontinuitet vid stödsamtal, att man får tala med samma person, underlättar speciellt för äldre. (Studera Dalarna, där detta har genomförts)

Hur skulle verksamheter kunna vara tillgängliga för olika individuella behov?

- En väg in, vikten av att hamna på rätt vårdnivå direkt för att nyttja de resurser som finns till fullo. Se till den enskildes behov och erbjuda det som barnet behöver, inte de insatser som finns.
- Ungdomsmottagning bör finnas i länets samtliga kommuner. UM är en viktig part för att nå ungdomar. Viktigt att uppnå kvalitet vid alla UM:s verksamheter. (Aktör: Region/kommuner)
- "Bruksanvisning", skriftlig information till patient efter besök
- Ungdomsmottagning och vårdcentral: Mer resurser, ökad tillgänglighet för stöd till unga vuxna. Se över hur Ungdomsmottagningar i länet följer FSUMs riktlinjer.
- Lättillgängliga ungdomsmottagningar (Aktör: Styrgrupp FC)
- Tillgänglighet, öppna upp för våra brukare och patienter (Aktör: Region Värmland och till kommuner)

Stödinsatser/Utbud

Hur skulle vi kunna stötta anhöriga?

- Erbjudna anhörigstöd för äldreomsorg /stöd
- Stöd till närstående vid suicid
- Förse föräldrar med bättre stöd och verktyg för att stötta sina barn (Aktör: BUP, Familjecentraler, Vårdcentraler)
- Utökat föräldrastöd för barn med NP, även innan diagnos.

Hur skulle vi kunna erbjuda ett stöd som är logiskt och hänger ihop för den som behöver det?

- Erbjudna samtalsstöd som också är en person som följer med och stöttar.
- Personligt ombud till personer med funktionsvariationer, men även "lots" till andra behovande för att de ska nå / öka möjligheterna till sociala och fysiska aktiviteter
- "Äldrekoordinator" som stöttar och samordnar de behov och insatser personen behöver. Även att denne koordinator samordnar SIP samt samordnar kontakter mellan kommuner och regionen. Äldrekoordinators måste veta hur man kallar till en SIP, hur en SIP upprättas och syftet med SIP:
- Upprätta en stödlinje dygnet runt för personen såväl som för anhöriga. Lägga ut information om stödlinje på hemsida. Bör kunna finnas kontinuitet vid stödsamtal, att man får tala med samma person, underlättar speciellt för äldre. (Studera Dalarna, där detta har genomförts)
- Inrätta bättre elevhälsa på Folkhögskolor. Se över vad som erbjuds av Folkhögskolor och tillse att även dessa elever får tillgång till stöd.
- Anpassad sysselsättning för målgrupperna (Aktör: Region Värmland och till kommun)

Hur skulle vi kunna erbjuda ett behovsbaserat stöd (inte bara erbjuda den hjälp som finns)?

- Kartläggning av sjukdomshistoria, ekonomi mm samt erbjuda den hjälp som personen behöver inte den hjälp som finns.
- Se över möjligheter att bevilja aktivitetsstöd till individer med dåliga ekonomiska förutsättningar
- Vad behöver patienter för att må bättre? Upprätta ett större individanpassat utbud av aktiviteter (Aktör: Region Värmland och till kommuner)
- Inrätta en specialistmottagning i länet för våldsutsatta (för alla typer av våld) (Aktör Region Värmland)
- Mötesplatser för äldre bör utvecklas i alla kommuner som exempelvis aktivitetshus/seniorernas hus. Erbjudna friskvård, socialt samspel, kultur med mera "Fritidsgård för äldre". (Aktörer: Kommun och Region, kanske även samverkan med frivilligsektorer som PRO och kyrkan.)

Hur skulle vi kunna stötta personer i behov av att förändra sina levnadsvanor?

- Levnadsvanor, bättre struktur, behov av att byggas ut inom psykiatri. motivation och stöd under insatsens gång. Utbilda och erbjuda hälsocoacher. (Aktör: Region Värmland och till kommuner)

Information

Hur skulle verksamheters stöd kunna synliggöras för att underlätta för individer att göra val?

- Ungdomsmottagning bör finnas i länets samtliga kommuner. UM är en viktig part för att nå ungdomar. Viktigt att uppnå kvalitet vid alla UM:s verksamheter. (Aktör: Region/kommuner)
- Ensamhetsproblematik: Upprepad information om sociala aktiviteter till äldre kommuninvånare för att öka det sociala sammanhanget bland äldre
- Utåtriktat arbetet från UM (Aktör: Styrgrupp FC)

Hur skulle verksamheter kunna samarbeta för att synliggöra helhet av insatser eller stöd?

- Information om rätten till en SIP för individen och anhöriga. Höja kvaliteten på SIP, möten måste vara väl förberedda och följas upp. (Förekommer idag att individer nekas SIP.) (Aktör: Region/kommun)
- Personligt ombud till personer med funktionsvariationer, men även "lots" till andra behövande för att de ska nå / öka möjligheterna till sociala och fysiska aktiviteter
- Samverkan med ideella organisationer, som stöd till riskgrupper. Bra information om vart man vänder sig vid behov av samtal och stöd.

Hur skulle verksamheter kunna dela information för att identifiera tidiga signaler/risk för ohälsa?

- Samverkan mellan huvudmän och aktörer, för att få till tydlig struktur vid upptäckt av riskfaktorer. Ta fram information/fakta om vad förebyggande och första linjen innebär och på vad sätt man gör samhällsbesparingar. (Det finns en utredning som pågår kring samhällskostnader)

4. Samverkan

Strategisk samverkan

Hur skulle vi kunna skapa långsiktiga relationer mellan verksamheter som skapar förutsättningar för gemensamma processer?

- Nyttja de resurser vi har i etablerade samverkanforum ex UM FC
- Stöd bör ges för att etablera BHT-team i kommunerna (Aktör: Kommuner)
- Stärkt samverkan och stöd till ideella föreningar, sociala-och fysiska aktiviteter viktigt även i vuxenlivet
- Etablera samordnad samverkan mellan kommun, region, AF, FK m.fl. (Aktör: Alla)
- Samverkan och informationsutbyte mellan professioner, kännedom om varandras arbete. Samverkan tidigt, relationsbyggande. Info om vad som är Aktuellt just nu.
- Samverkan mellan första linjen och skolan (Aktör: Styrgrupp FL)
- Samverkan mellan UM och skola vilket också bör inrymmas i samverkansavtalen för familjecentraler (Aktör: Styrgrupp FL)

Hur skulle vi kunna tydliggöra och synliggöra processer där flera verksamheter har en del i individens helhet?

- Överlämning mellan BUP och Vuxenpsykiatrin, en mjuk övergång, flera överlämningsmöten.
- Utveckling av vårdens övergångar, exempelvis konstruktiva överlämningsmöten från sluten vård till öppen vård. (Slutenvård psykiatri- Öppenvård psykiatri, BUP-Psykiatri)
- Familjecentraler med insatser till föräldrar i åldrarna 0–18 år, grupper och individuellt stöd. Viktigt att FC får ett utökat mandat upp till 18 år för

Samverkan även med skola, inte enbart förskola. FC ges uppdrag att samverka med skolan

- Samverkan för sömlöshet, tydlighet i samverkansavtal.
- Samverkan mellan SFI och Asyl- och flyktinghälsan (Aktör: Asyl-och flyktinghälsan)
- SIP och överenskommelser mellan region, kommun, myndigheter

Hur skulle vi kunna skapa samsyn av ansvar, uppföljning och resurssättning i gemensamma processer?

- Den som uppmärksammar behovet av SIP, kallar även till ett förmöte. Önskvärt med bred representation från verksamheterna för att tydliggöra vilken funktion/roller som behövs vid SIP, för barnets bästa. Även vid de fall där det inte finns ett aktuellt ärende/eller aktuella insatser är det bra med bred representation.
- Öka användning av SIP. (Aktör: Region Värmland och till kommuner)

Hur skulle vi kunna styra och följa upp samverkan/samverkansprocesser?

- Klar styrning och ledning av specialistvård. Upprätta en väg in i vården för sömlösa strukturer. Kunskapsstyrning (Aktör: Region Värmland och till kommuner)
- Samverkan mellan huvudmän och aktörer, för att få till tydlig struktur vid upptäckt av riskfaktorer. Ta fram information/fakta om vad förebyggande och första linjen innebär och på vad sätt man gör samhällsbesparingar. (Det finns en utredning som pågår kring samhällskostnader)

Hur skulle vi kunna öka vår förmåga att dela information som flera har nytta och behov av?

- Samverkan kring att fånga upp riskfaktorer.
- Underlätta samverkan genom en gemensam digital plattform för information till aktörer/verksamheter

Samarbete

Hur skulle vi kunna skapa systematiskt förberedelse-arbete för att skapa de bästa förutsättningarna för gemensam planering med individer?

- För att spara tid kan de uppmuntras att vara digitala SIP förmöten med tydlig agenda.
- Öka kvalitén på SIP:ar så att alla gör sitt inför, under och efter SIP:en samt inför uppföljningen. (Aktör: Region/kommun)
- Rättspsykiatri och kriminalvård. Inventera, vad behöver du? Planering och framförhållning viktigt (Aktör: Region Värmland och till kommun)
- Nyanlända. Koppling mellan VC och psykiatri måste förbättras. Söker ofta för fysisk åkomma, men orsakerna kan vara psykiska. (Aktör: Region Värmland)

Hur skulle vi kunna samarbeta över organisatoriska gränser för att skapa ett brett utbud av insatser?

- Utökad samarbete med friskvård och föreningsliv för fysisk aktivitet. Vi vet att fysisk och psykisk hälsa hör ihop, viktigt att vi tillser att barn även efter 11 års ålder rör på sig.

Hur kan vi synliggöra olika organisationers uppdrag och insatser/stöd för att skapa realistiska förväntningar både hos individer men även hos personal?

- För att uppå bättre kvalitet på samverkan och vård anordna "förmöten innan SIP", "tjänstemannaSIP, där man får samsyn kring barnet och behov. Ger möjlighet att tala konkret, ha en dialog för att uppnå bästa

lösningarna/vården. Samt att utreda vilka olika roller som behövs i ärendet, för bästa stöd till barnet och dess föräldrar i ärendet. (Aktörer: 1.2Hälso-och sjukvården- BVC, rehab, BUP, första linjen, socialtjänst, skola mm).

- SIP viktigt att lägga en tydlig plan med Insatser samtidigt, parallellt. Samt viktigt med uppföljning av resultaten av SIP.
- Fortsatt utveckling av SIP- Tydliggöra att det inte finns en åldersgräns, att patienten själv kan initiera SIP samt att fler intressenter kan /bör bjudas in såsom socialtjänst AF och FK
- Förtydliga intresseorganisationernas uppdrag för såväl Hälso-och sjukvård som till patienter och anhöriga så att förväntningarna blir rätt ställda då de tar kontakt med intresseorganisationer- organisationerna är inte en vårdenhet, utan mer av ett psykosocialt stöd.

Samordna

Hur skulle verksamheter kunna koordinera insatser så att de tillsammans skapar värde för individen?

- Effektivare och tydligare vårdkedja med färdigt team för fortsatt vårdbehov i hemmet.

Hur skulle verksamheter tillsammans kunna skapa kontinuitet i kontakter med individer?

- E förankrad samverkan mellan verksamheterna för kontinuitet, rätt personer ska komma och ha tid att få vara förberedda, samt tid för återkoppling.
- Stärka kompetensen bland sjuksköterskor om roller och ansvar inom för att kunna ta ett större koordineringsansvar, som stöd till patienter, agera lots
- Arbeta för bättre kontinuitet vid besök inom öppenvården svårt med ordinarie psykiatriker. Kan specialistsjuksköterska ha ett utvecklat patientansvar/samordningsansvar/koordinator för patienten? Regionen har svårt med hög omsättning på läkare inom psykiatri. (Aktörer: RV Verksamhetschefer psykiatri).
- Samordnande personer inom Region Värmland. Vi har en rehabkoordinator, men det behövs koordinatörer inom fler områden, personer med bred kunskap om vårdenheter, val av vårdvägar, SIP:ar etc. (Aktör: Region Värmland)

Hur skulle man i varje individkontakt kunna ta ett större ansvar för individens hela situation?

- Levnadsvanor, bättre struktur, behov av att byggas ut inom psykiatin. motivation och stöd under insatsens gång. Utbilda och erbjuda hälsocoacher. (Aktör: Region Värmland och till kommuner)

Hur skulle vi bättre kunna nyttja möjligheten i att olika kompetenser möter individer?

- Ökad samverkan mellan kommun och region. Lokalt / dela information om vilka åtgärder som genomförs (Aktör: Region/kommun, styrgrupp barn/unga i missbruk, psykisk ohälsa Arvika/Årjäng)

5. Ledning och styrning

Uppföljning av aktiviteter

Hur skulle vi kunna skapa en systematisk uppföljning med bred data som kan analyseras, förstås och användas som beslutsunderlag?

- Utredda vem och hur vi följer upp resultat av insatser (Aktör: Region Värmland)
- Följa upp sjukfrånvaro och skolfrånvaro, speciellt följa upp frekventa korttidssjukskrivningar (Aktörer: Arbetsgivare, Försäkringskassan, Vårdcentral) (Det finns instrument för läkare som kan sätta in åtgärder vid frekventa korttidssjukskrivningar, SKR:s riskbedömning)

Hur skulle vi kunna följa upp beslutade insatser på ett bra (rätt?) sätt?

- Tid. Ledning och styrning. Hur mäter vi vad vi gör, vad som ger resultat, vilka åtgärder är relevanta. En bra struktur skulle minska stressen bland personal. (Arbetskulturen på tex socialtjänsten, behöver avlastning/förenklade rutiner för personal).
- Utredda vem och hur vi följer upp resultat av insatser (Aktör: Region Värmland)

Hur skulle vi kunna öka fokus/prioritering på moment som planering och uppföljning

- Avsätta tid för planering och uppföljning av resultat, bland annat resultatuppföljning av handlingsplaner

Hur skulle vi kunna bidra till systematisk brukarmedverkan i planering, genomförande och uppföljning?

- Använda befintlig statistik, omvandla i aktiviteter. Analys av data är viktigt för att kunna avgöra vilka åtgärder som är relevanta samt för att kunna anpassa verksamheten. Skolsköterskor / Elevhälsan ska även de ha tillgång till statistik om till exempel skolfrånvaro.

Lärande

Hur skulle vi kunna skapa ett systematiskt lärande av genomförda insatser/processer?

- SIP: Lära sig av tidigare avvikelser, göra analys av erfarenheter av SIP och tillse jämlik vård.