

GEMENSAM ARBETSPLAN FÖR: HÄLSOFRÄMJANDE DIGITALT LIV

Version 2.0 – september 2020

10:31
Going am Wilden K...
2° Goed weer
Max:7 Min:-1

88



GEMENSAM ARBETSPLAN FÖR DELARENA

2.7 HÄLSOFRÄMJANDE DIGITALT LIV

Denna arbetsplan syftar till att skapa ett mer långsiktigt, tvärsektorielt arbete inom digitala lösningar för att främja den psykiska hälsan. Arbetsplanen har utarbetats inom ramen för Kraftsamling psykisk hälsa. I planen framgår dels ett antal målsättningar som vi gemensamt ställt upp för vårt arbete, dels konkreta initiativ som beskriver vad vi kommer att göra för att nå dessa mål.

Medverkande i delarenan:	
[Namn]	[Organisation]
Emmy Bertholdsson	Innovation Skåne
Bengt Stavenow	Innovation Skåne
Karin Althen	Region Jönköping
Annika Nilsson	Region Skåne
Emma Dahlson	Region Skåne
Linda Ekman-Kunatowska	Region Skåne
Sara Renström	RISE
Jessica Dagman	RISE
Ing-Marie Wieselgren	SKR
Amanda Romare	Stiftelsen Den Andra Sidan
Åsa Sandler	Umo.se/ Youmo.se
Anna Jonsson	UPH/ Region Skåne
Nicolas Fälth	Västra Götalandsregionen

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Kraftsamling för psykisk hälsa	2
Om Kraftsamling för psykisk hälsa.....	2
Om arbetet med delarenorna.....	2
Översikt av kraftsamlingens 20 nationella delarenor	3
Bakgrund och mål för arbetsplanen	4
Inledning.....	4
Problem- och nulägesbeskrivning	4
Målsättningar.....	7
Avgränsningar.....	7
Delarenans arbetsplan.....	8
Översikt över initiativen	8
Initiativlista.....	9
Detaljerad beskrivning av Initiativ.....	10
#2.7.1 Sammanställa vilka för- och nackdelar en ökad digitalisering har för den psykiska hälsan	10
#2.7.2 Löpande samordning kring digitala lösningar för att främja psykisk hälsa.....	12
#2.7.3 Utforma en övergripande strategi och ett kunskapsunderlag för digitala lösningar	13
#2.7.4 Utveckla digitala lösningar för psykisk hälsa	16
Stöd för genomförande av arbetsplanen	18
Lista över organisationer/aktörer som kan vara till hjälp.....	18
Pågående arbete av relevans för denna arbetsplan	18

Arbetet som beskrivs i detta dokument är en del av Kraftsamling psykisk hälsa. Kraftsamling psykisk hälsa är tvärsektorielt och långsiktigt arbete för att skapa ett samhälle som ger förutsättningar för en god psykisk hälsa.

För mer information:

www.skr.se/kraftsamling

#kraftsamlingpsykiskhalsa

kraftsamlingpsykiskhalsa@skr.se

KRAFTSAMLING FÖR PSYKISK HÄLSA

Om Kraftsamling för psykisk hälsa

Psykisk hälsa påverkar och påverkas av samhällets alla delar. SKR har därför tagit initiativ till en Kraftsamling för psykisk hälsa, som fungerar som en samlade arena för ett långsiktigt och tvärsektoriellt utvecklingsarbete för en bättre psykisk hälsa.

Kraftsamling för psykisk hälsa arbetar inom tre arbetsområden:

1. Ett mer hälsofrämjande samhälle och levnadsätt.
2. Individer rustade för att nå sin fulla potential och välmående.
3. Hållbara stöd till de som behöver.

Dessa arbetsområden speglar Kraftsamlingens övergripande inriktning om ett brett och tvärsektoriellt arbete, som inkluderar frågor om såväl samhällsplanering och levnadsvillkor, generella förebyggande och främjande insatser, som stöd och hjälp till de mest behövande.

Kraftsamlingens utgångspunkt är att psykisk hälsa berör alla, och att lösningar därför måste vara breda och tvärsektoriella. Kraftsamlingen är öppen för medverkan för alla aktörer – offentliga, privata och från civilsamhället. Hittills har över 350 organisationer deltagit i arbetet!

Under 2019 genomfördes flera aktiviteter för att samla in information om vad deltagarna i kraftsamlingen ser som de viktigaste frågorna att arbeta med för att stärka befolkningens psykiska hälsa. På basen av insamlat material (från bland annat intervjuer, work shops och enkäter) formulerades 20 prioriterade teman och områden, som vi valt att kalla "delarenor" (var god se nästa sida för en översikt av samtliga delarenor).

Om arbetet med delarenorna

I Kraftsamlingens delarenor samlas aktörer från olika delar av samhället för att förbättra den psykiska hälsan genom konkret och fokuserat arbete inom de 20 prioriterade områden som omnämns ovan. Varje delarena fungerar som en arbetsgrupp kopplad till ett specifikt tema, där deltagarna i arbetsgruppen gemensamt tar fram målsättningar för varje område och utformar sedan lösningar för att nå dessa mål.

Detta dokument är arbetsplanen för en av 20 delarenor. Vår förhoppning är att alla delarenor, enskilt och tillsammans, kommer bidra till en positiv utveckling för den psykiska hälsa, och att vi med våra samlade erfarenheter, kompetenser och verktyg kan ta ett krafttag för att skapa förändring här och nu. Vi har funderat kring, och diskuterat frågor om psykisk hälsa och ohälsa länge nog, och vår tanke är att det är dags för verkstad. *Vad roligt att du vill vara med!*

Översikt av kraftsamlingens 20 nationella delarenor

1. Ett mer hälsofrämjande samhälle och levnadssätt



1.1 Mediabild för psykisk hälsa

Hur får vi en saklig och rättvisande bild av psykisk hälsa/ohälsa i media?
Hur hanterar vi den "alarmistiska" mediabilden av vårt samhälle?

1.2 Urbaniseringskonsekvenser i stad och land

Hur kan vårt samhälle i högre grad utformas för att främja psykisk hälsa utifrån våra boende- och levnadsmönster?

1.3 Samhällsdiskussion om sociala medier

Hur motverkar vi negativa aspekter av sociala-medieranvändning?
Hur främjar vi ett hälsosamt nyttjande av de sociala möjligheter som digitaliseringen ger?

1.4 Meningsskapande i en sekulär tid

Hur kan vi skapa nya utgångspunkter för meningsskapande och sammanhang i livet, som passar vår tid? Genom att lära över generationsgränser? Genom kultur?

1.5 Arbetsliv för personer med psykiatriska tillstånd

Hur ger vi personer med psykiatriska tillstånd bättre förutsättningar att delta i arbetslivet?

1.6 Framtidstro i samhällsdiskussionen

Hur skapar vi framtidstro i samhällsdiskussionen?

1.7 Socialt ansvar och narkotikakonsumtion

Hur kan vi ta ett gemensamt ansvar för att minska narkotikakonsumtionen?

2. Individuer som är rustade för att nå sin fulla potential och välmående



2.1 Fungerande skolgång för barn och unga med NPF

Hur skapar vi förutsättningar för en fungerande skolgång för barn och unga med NPF?

2.2 Etisk stress i arbetslivet

Vad kan vi göra för att minska den etiska stress som kan uppstå exempelvis inom sjukvården?

2.3 Huskurer för psykisk hälsa

Hur kan vi utveckla och sprida egenvårdsråd för psykisk hälsa?

2.4 Rusta barn och unga

Hur rustar vi barn och unga att hantera livets krav och påfrestningar?

2.5 Ofrivillig ensamhet bland äldre

Hur kan vi minska ofrivillig ensamhet bland äldre?

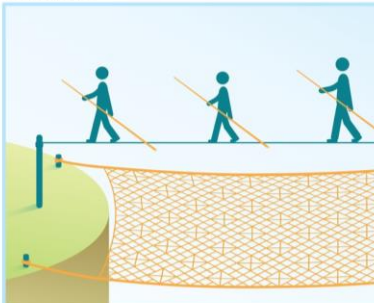
2.6 Miljö och fysisk aktivitet för psykisk hälsa

Hur kan individens psykiska hälsa främjas genom exempelvis fysisk aktivitet och naturupplevelser?

2.7 Hälsofrämjande digitalt liv

Hur kan vi hjälpa människor att ha ett hälsofrämjande digitalt liv, i fråga om exempelvis tillgänglighet?

3. Hållbara stöd till de som behöver



3.1 Hela samhällets suicidprevention

Vad kan göras tvärs hela samhället för att förbättra det suicidpreventiva arbetet?

3.2 Smart tillgänglighet till hjälp

Hur kan tillgängligheten till första linjen på distans och digitalt förbättras?

3.3 Lokalt stöd för utsatta områden

Hur kan olika aktörer samverka för att ge ett kraftfullt stöd i utsatta områden?

3.4 Utökad anhörigstöd

Hur kan samhället på bättre sätt stödja anhöriga (barn, unga, vuxna och äldre)?

3.5 Ändamålsenliga insatser för äldre med psykiatriska problem

Hur kan äldrepsykiatri bli mer ändamålsenlig?

3.6 Migration och psykisk hälsa

Hur kan insatser för asylsökandes och nyanländas psykiska hälsa förbättras?

BAKGRUND OCH MÅL FÖR ARBETSPLANEN

Inledning

Människan i dagens samhälle lever annorlunda jämfört med hur livet såg ut för bara några generationer sedan. Digitaliseringen har gått fort och har bland annat förändrat hur vi umgås, arbetar och utför flera av våra dagliga ärenden. I och med en sådan radikal förändring av samhället och människors levnadssätt kommer säkerligen hälsan, såväl den psykiska, fysiska och sexuella, att påverkas på olika sätt. Exempelvis finns belägg för att en ökad skärmtid kan leda till en försämrad sömn, en stillasittande vardag (vilket i sin tur har flera negativa hälsomässiga konsekvenser) samt en informationströtthet från flödet av innehåll som vi ständigt exponeras för.

Samtidigt skapar digitaliseringen möjligheter att underlätta och förbättra livet på flera sätt. En mer flexibel arbetssituation för småbarnsföräldrar, ett sätt att hitta och bevara sociala kontakter utan geografiska begränsningar samt smidiga lösningar för flera vardagsbestyr är bara några exempel på detta. Dessutom ökar räckvidden och tillgängligheten för många typer av vård, stöd och service, så att resurserna räcker till, och når fler, som behöver den.

Således finns såväl för- som nackdelar med den ökade digitaliseringen. Redan tidigt i detta arbete framkom att det förelåg en samsyn i arbetsgruppen att fördelarna överväger nackdelarna. Nästa insikt blev dock att detta konstaterande är tämligen ovidkommande, då den digitala utvecklingen varken kommer att stanna av eller gå tillbaka. Ett mer digitalt liv är ett faktum som vi kort och gott måste förhålla oss till.

Vi ser därför att utgångspunkten för detta arbete inte handlar om att diskutera eller bedöma den digitala utvecklingens varande i olika delar av samhället, utan fokusera på vilka insatser som kan minska de hälsomässiga riskerna som kan uppstå på grund av ett mer digitaliserat liv samt hur de hälsomässiga vinsterna som finns, och de möjligheter som en ökad digitalisering skapar, kan främjas.

Problem- och nulägesbeskrivning

Nedan beskrivs utgångspunkterna för arbetsplanen i fråga om problem- och nulägesbeskrivning. Beskrivningarna har av läsbarhetsskäl hållits korta.

I delarenans arbete har följande problemområden identifierats:

1. Det finns begränsade resurser för att möta befolkningens ökande behov av vård och stöd för psykisk ohälsa

Allt fler söker olika typer av vård och stöd för psykisk ohälsa. Såväl primärvård, barn- och ungdomspsykiatri samt vuxenpsykiatri har under de senaste åren haft ett kontinuerligt stigande söktryck, och även civilsamhället rapporterar om ett kraftigt stegrat antal kontakter. Samtidigt är resurserna för att möta det stigande behovet begränsat. Såväl finansiella- som kompetensförsörjningsutmaningar råder i offentligt finansierade verksamheter. Tillgången på kompetens att rekrytera skiljer sig dessutom åt över landet, och många regioner och kommuner har svårt att bemanna sina verksamheter.

Många sätter stort hopp till att digitala lösningar ska kunna avhjälpa i alla fall delar av problematiken beskriven ovan. Exempelvis ställer digitala vårdbesök inga krav på geografiska närhet mellan behandlare och patient, och många moment kan effektiviseras med hjälp av digitala stöd, exempelvis att patienter bokar in egna besök online.

Då befolkningens behov och preferenser av digitala stöd troligtvis inte skiljer sig åt över landet passar digitala lösningar särskilt väl att dela och sprida. Trots detta ser vi att mycket dubbelarbete sker då varje kommun och region arbetar med att ta fram olika tjänster lokalt. Detta leder inte bara till att våra gemensamma resurser inte används effektivt, utan det fördröjer även utvecklingen och riskerar att skapa ojämlikhet över landet avseende exempelvis tillgänglighet och kvalitet av slutprodukten. Vi tänker därmed att det finns ett behov av en ökad nationell samverkan kring digitala lösningar för psykisk hälsa.

2. Det är svårt att navigera mellan olika typer av stöd

En ökad digitalisering skapar nya möjligheter att erbjuda såväl information som tjänster. Befolkningen har vant sig vid detta, och en hög tillgänglighet och valmöjlighet förväntas inom allt fler sektorer och verksamheter. Olika typer av vård och stöd utvecklas i samma riktning, och idag finns stora mängder information, råd och tjänster för att främja psykisk hälsa och minska psykisk ohälsa.

Samtidigt som vi tror att befolkningen uppskattar denna utveckling kan det leda till att det blir svårt att navigera mellan olika typer av stöd och information. Det finns ofta flera olika instanser att vända sig till, allt från olika verksamheter inom hälso- och sjukvården, civilsamhälle och brukarföreningar till sociala- och traditionella medier. Information kan skilja sig åt mellan olika avsändare, ibland till och med vara motstridig. Dessutom kan viss information troligtvis bidra till negativa konsekvenser, exempelvis leda till en ökad oro för sjukdom eller att pengar spenderas på dyra men verkningslösa produkter.

Vi tror att befolkningen saknar en tydlighet kring vilken instans som är rätt att vända sig till i olika situationer, och att det som användare finns svårigheter att överblicka vilka kvalitetssäkrade källor som finns för information, stöd och tjänster rörande psykisk hälsa och ohälsa. För att avhjälpa detta tänker vi att det behövs ett helhetsgrepp, ur ett

användarperspektiv, för att tydliggöra hur olika delar av det stöd som finns förhåller sig till varandra. Med utgångspunkt i detta helhetsperspektiv tänker vi även att det finns behov av att identifiera i vilken utsträckning utvecklade tjänster möter befolkningens behov, identifiera eventuella gap i utbudet av digitala lösningar för psykisk hälsa samt en förståelse för om befintliga tjänster får tillräckligt räckvidd och därmed används av de individer som är i behov av dem.

3. Lösningar och tjänster måste i högre grad anpassas utifrån användaren

Som fastslagits ovan finns nya förväntningar i samhället på en hög tillgänglighet och valmöjlighet. Dessutom är det välbelagt att en ökad delaktighet och individanpassning av vård leder till ökad nöjdhet, bättre behandlingsresultat och högre följsamhet till behandling.

Vi tänker därför att det är av vikt att nya tjänster och lösningar måste utgå ifrån användarna, att det finns valmöjlighet mellan olika typer av tjänster (exempelvis skriftlig information, telefonbesök, chattfunktion eller fysiska besök) samt att det finns möjlighet att individanpassa stödet som erbjuds.

Utöver behovet av en användarvänlig utformning av varje digital lösning, samt möjlighet för användaren att välja mellan olika format tänker vi dessutom enligt ovan att det behövs ett helhetsperspektiv på hur olika tjänster ska spridas alternativt samlas på en eller flera plattformar. Det finns troligtvis såväl för- som nackdelar att samla allt innehåll på en och samma plattform (alltså att innehåll motsvarande allt från lättare besvär till vårdbehov som motsvarar specialistpsykiatrisk vårdnivå). Tydliga fördelar att samla innehåll är att det blir lättare för befolkningen att hitta fram till stöd, att säkerställa att även "grå zoner" mellan olika vårdnivåer finns med i utbudet samt att en infrastruktur för kvalitetssäkring och uppdatering säkerställs. Risker med en samlad plattform som vi ser är att det finns risk att personer med svårare problematik exkluderas om innehållet blir allt för allmänt hållet samt att det för vissa individer kommer vara svårt att identifiera sina egna behov och därmed tar till sig innehåll för exempelvis personer med svårare problematik.

Vi tror att en låg upplevd tröskel för att ta kontakt till etablerade aktörer och samhällsfunktioner är en nyckel för att allmänheten ska kunna få tillgång till kvalitetssäkrad information och stöd. Alla vägar in ska vara rätt, men samtidigt vill vi undvika att stödsökande slussas runt för att hamna hos den instans och vårdnivå som är bäst lämpad i det enskilda fallet. Alltså tror vi att det behövs en ökad tydlighet och struktur för olika nivåer av stöd, och en modell för triagering som inkluderar kvalitetssäkrat stöd och insatser även utanför hälso- och sjukvården. Detta för att såväl allmänhet som profession enklare ska kunna navigera i det stora utbudet av stöd, och att chanserna att redan från början hamna rätt öka. I tillägg till detta tänker vi att det behövs en strategi för hur digitala lösningar för psykisk hälsa utformas, på såväl kort- som lång sikt, som utgår från ett användarperspektiv.

Målsättningar

Övergripande målsättning för detta handslag är att med gemensam kraft från hela samhället bidra till att digitaliseringens möjligheter används på bästa och mest effektiva sätt för att påverka befolkningens psykiska hälsa i en positiv riktning. Mer konkret är målsättningarna för arbetet:

1. Att stärka förståelsen för i vilken riktning ett mer digitalt liv påverkar den psykiska hälsan, samt skapa en övergripande strategi för hur digitaliseringens möjligheter kan användas för att minska risker och främja positiva effekter av den samma.
2. Att främja en nationell kunskapsdelning och ökat samarbete rörande digitala lösningar för att effektivisera framtagande, påskynda spridning och minska risken för dubbelarbete vid utveckling av digitala lösningar och tjänster för psykisk hälsa. Detta för att skapa en större jämlikhet för befolkningen, och spara på gemensamma resurser.
3. Att stärka kunskapsläget kring hur digitala lösningar bör utformas för att på bästa sätt motsvara olika målgruppers behov och preferenser, exempelvis vad gäller format, spridningskanaler, typ av innehåll samt frågor rörande juridiska, tekniska och etiska avväganden vid framtagande av nya digitala lösningar.
4. Att bidra till utveckling och framtagande av digitala lösningar för psykisk hälsa

Specifika målsättningar för respektive initiativ beskrivs i nästkommande kapitel.

Avgränsningar

En utgångspunkt för detta arbete är som beskrivits tidigare att den digitala utvecklingen inte går att stoppa. Således diskuteras inte här vad som kan anses vara en lämplig utvecklingstakt för digitala lösningar, eller när, var eller hur digitala lösningar är mer eller mindre lämpade än andra alternativ. Exempelvis resursfördelning, eventuella undanträngningseffekter av exempelvis fysiska besök eller kostnadseffektivitet har inte analyserats inom ramen för det här arbetet.

Vidare kommer denna arbetsplan primärt fokusera på frågor som rör *hur* användare når innehåll (alltså frågor rörande utformning och tjänstedesign), snarare än att analysera eller diskutera själva innehållet.

DELARENANS ARBETSPLAN

Delarenans arbetsplan består av ett antal initiativ. Ett initiativ innehåller en konkret plan för åtgärder som bidrar till att nå våra övergripande målsättningar, inom ett specifikt område. Ett initiativ kan exempelvis syfta till att ta fram en rapport eller ett kunskapsunderlag, sprida redan utvecklade metoder eller verktyg, utvärdera ett genomfört arbete eller förändra nuvarande arbetssätt.

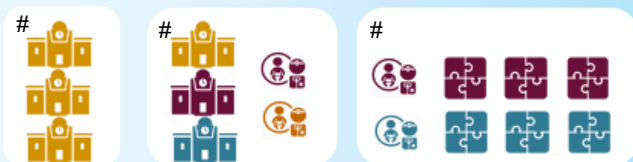
Varje initiativ har en egen plan, som beskriver målsättningar, åtgärder, uppföljning och ansvarsområden inom ramen för initiativet. Både de enskilda initiativen och arbetsplanen som helhet kan komma att uppdateras, för att spegla ny information och nya behov av åtgärder. Nya initiativ kan också komma att läggas till.

Den arbetsplan som beskrivs i detta dokument bildar tillsammans med arbetsplanerna för övriga delarenor inom Kraftsamling psykisk hälsa en gemensam arbetsplan för hela Kraftsamlingen. Ambitionen att med denna arbetsplan är att den ska skapa förutsättningar för ett långsiktigt arbete på tio års sikt, 2020–2030.

Översikt över initiativen

Handslag – samlar utvecklingskraften mot en gemensam målbild

1. Ett mer hälsofrämjande samhälle och levnadssätt



2. Individer som är rustade för att nå sin fulla potential och välmående



3. Hållbara stöd till de som behöver



**Gemensam
målbild**

Initiativlista

#	Initiativ	Sammanställande (preliminärt)
2.7.1	Sammanställa vilka för- och nackdelar en ökad digitalisering har för den psykiska hälsan	Karin Althen
2.7.2	Löpande samordning kring digitala lösningar för att främja psykisk hälsa	Bengt Stavenow
2.7.3	Utforma en övergripande strategi och ett kunskapsunderlag för digitala lösningar	Uppdrag psykisk hälsa
2.7.4	Utveckla digitala lösningar för psykisk hälsa	Annika Nilsson

DETALJERAD BESKRIVNING AV INITIATIV

#2.7.1 Sammanställa vilka för- och nackdelar en ökad digitalisering har för den psykiska hälsan

Bakgrund och problembeskrivning

Som beskrivits i nulägesbeskrivningen är en utgångspunkt för detta arbete att utvecklingen mot ett mer digitalt liv varken bör, eller går att hindra. Trots att det råder en samsyn i arbetsgruppen att fördelarna med digitaliseringen överväger nackdelarna finns ett behov av att stärka förståelsen för hur den ökade digitaliseringen påverkar den psykiska hälsan i såväl positiv som negativ riktning. Detta för att sammanställa kunskapsläget som råder, samt bättre kunna inkorporera denna kunskap i framtida strategier för att minska de hälsomässiga riskerna och främja de positiva hälsomässiga effekterna av digitala lösningar.

Vidare finns ett behov av att sammanställa argument för att motivera att medel avsätts för utveckling av digitala lösningar för psykisk hälsa. Detta så utvecklingen kan planeras och genomföras på ett långsiktigt, gediget och resurseffektivt sätt.

Målbild

Att utveckla ett väl underbyggt kunskapsunderlag kring hur digitaliseringen påverkar vår psykiska hälsa, samt hur utveckling av digitala verktyg och lösningar kan minska de hälsomässiga riskerna samt främja de hälsomässiga vinsterna.

Genomförande

Delmål	Förslag på tillvägagångssätt	Förslag på omfattning
Sammanställning av hälsomässiga konsekvenser	<ol style="list-style-type: none">1–2 gruppmedlemmar formulerar, utifrån tidigare kunskap, erfarenheter och tillgänglig litteratur, en sammanställning av hälsomässiga konsekvenser av digitaliseringen på den psykiska hälsanResten av arbetsgruppen alternativt en referensgrupp läser och ger återkoppling på utkastet1–2 gruppmedlemmar uppdaterar utkastet utifrån återkoppling1–2 gruppmedlemmar färdigställer materialet med vetenskapliga källor	<p>Steg 1: Formulera och strukturera hälsomässiga konsekvenser samt fyll på med information (utifrån ambitionsnivå allt ifrån en kort beskrivning, till en fördjupad analys med källhänvisningar. Förslag är närmare kort beskrivning)</p> <p>Steg 2: ”Granskning” Komplettera med nya, omformulera eller slå ihop/ta bort konsekvenser</p> <p>Steg 3: V.g. se till vänster</p>

Delmål	Förslag på tillvägagångssätt	Förslag på omfattning
		Steg 4: Genomläsning och granskning av språk och innehåll
Sammanställning av argument för att motivera utveckling på området	<ol style="list-style-type: none"> 1–2 gruppmedlemmar gör ett första utkast på de viktigaste argumenten för att motivera utveckling på området Resten av arbetsgruppen alternativt en referensgrupp läser och ger återkoppling på utkastet 1–2 gruppmedlemmar fyller på med en kort beskrivning till varje argument Underlaget skickas ut till hela gruppen alternativt en referensgrupp för granskning och återkoppling 	<p>Steg 1: Varje steg på rubriknivå</p> <p>Steg 2: ”Granskning” Komplettera med nya, omformulera eller slå ihop/ta bort argument</p> <p>Steg 3: Fyll på med information (utifrån ambitionsnivå allt ifrån en kort beskrivning, till en fördjupad analys med källhänvisningar. Förslag är närmare kort beskrivning)</p> <p>Steg 4: Genomläsning och granskning av språk och innehåll</p>

Nästa steg

I nästa steg kan målgrupp och spridningskanal för materialet diskuteras lite mer strukturerat.

Medverkande och ansvar för initiativets aktiviteter (preliminärt)

Medverkande i delarenan	Aktivitet/arbetsström
Karin Althen	Sammankallande
Deltagare från Delarena hälsofrämjande digitalt liv	Deltagare
Uppdragpsykiisk hälsa	Deltagare

#2.7.2 Löpande samordning kring digitala lösningar för att främja psykisk hälsa

Bakgrund och problembeskrivning

Som beskrivits i nulägesbeskrivningen ser vi att det saknas en nationell samordning och kunskapsdelning rörande digitala lösningar för psykisk hälsa. Istället utvecklas olika tjänster lokalt, vilket leder till ett utbrett dubbelarbete samt variationer i slutprodukternas kvalitet.

Målbild

Initiera och driva en serie öppna samordningsmöten på temat ”Digitala lösningar för att främja psykisk hälsa”, med målsättning att främja nationell kunskapsdelning, synkronisera och sprida utvecklingsarbeten på området samt skapa ett forum för dialog om möjligheter och svårigheter med digitala lösningar för psykisk hälsa ur olika perspektiv.

Genomförande

Delmål	Förslag på tillvägagångssätt	Förslag på omfattning
Bjuda in och genomföra öppna samordningsmöten på tema ”Digitala lösningar för psykisk hälsa”.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gruppen bjuder in intressenter och möjliga samarbetspartners till de öppna samordningsmötena. 2. En moderator och sekreterare utses från arbetsgruppen 3. Ett enkelt mötesmaterial och agenda med diskussionspunkter utformas. 4. Den fortsatta mötesserien planeras tillsammans med deltagarna på samordningsmötet. 5. En deltagarlista skapas och fylls på allt eftersom mötesserien fortskrider 	<p>Steg 1: Stödteamet delar en generisk mailinbjudan med arbetsgruppen som sprider denna vidare till möjliga intressenter.</p> <p>Steg 2: V.g. se till vänster</p> <p>Steg 3: Stödteamet utformar ett förslag på enkelt mötesmaterial utifrån moderatorns förslag på innehåll till mötet</p> <p>Steg 4: Förslagsvis möten varannan till var tredje vecka, lunchtid ca 30 minuter.</p> <p>Steg 5: Sekreteraren ansvarar för att hålla deltagarlistan uppdaterad, bokar och bjuder in till möten samt skickar ut information i samband med möten</p>

Nästa steg

Efter ca tre möten kan förslagsvis konceptet med de öppna samordningsmötena utvärderas av arbetsgruppen, och värdet vägs mot initiativets arbetsinsats. Utefter detta kan sedan eventuella fortsatta möten planeras.

Medverkande och ansvar för initiativets aktiviteter (preliminärt)

Medverkande i delarenan	Aktivitet/arbetsström
Bengt Stavenow	Sammanställande/moderator
Amanda Romare	Sammanställande/Deltagare
Samtliga deltagare i delarenan	Deltagare

Tidplan/milstolpar

Aktivitet	Datum
Sammanställa personer/organisation/aktörer att bjuda in till samordning	September?
Bjuda in till första samordningsmöte	Oktober?
Planera fortsatt samordning	Efter första mötet genomfört

Pågående arbete inom/utanför Kraftsamling av relevans för initiativet

- Öppensamordning för psykisk hälsa i kristid

#2.7.3 Utforma en övergripande strategi och ett kunskapsunderlag för digitala lösningar

Bakgrund och problembeskrivning

Som beskrivits i nuläges- och problembeskrivningen sätter många en stor tilltro till att digitala lösningar ska bidra till lösningen att få resurserna (såväl ekonomiska som kompetensmässiga) att räcka till för att möta befolkningens stigande behov av vård och stöd kopplat till psykisk hälsa. För att denna utveckling ska bli så resurseffektiv som möjligt och att resultatet ska uppnå så mycket värde som möjligt tror vi att det behövs en övergripande strategi kring digitala lösningar för psykisk hälsa. Detta utifrån ett användar- och behovsperspektiv för att säkerställa att digitala lösningar som utvecklas bidrar till en heltäckande och lättnavigerad lösning som kan länkas samman. Vi tror att ett helhetsperspektiv är nödvändigt för att undvika stuprörs-strukturer som ej kan kommunicera samt att risken för eventuella gap eller dubbelarbete minskar.

Målbild

Att stärka kunskapsläget kring hur digitala lösningar bör utformas för att på bästa sätt motsvara olika målgruppers behov och preferenser, exempelvis vad gäller format, spridningskanaler, typ av innehåll samt frågor rörande juridiska, tekniska och etiska avväganden vid framtagande av nya digitala lösningar. På basen av detta utvecklas sedan en övergripande strategi för vilka digitala lösningar för psykisk hälsa som bör utvecklas och kan länkas samman med befintliga lösningar utifrån ett användarperspektiv. Detta för att underlätta planering, samordning och utförande av utvecklingsarbeten på området på såväl lokal, regional och nationell nivå.

Genomförande

Delmål	Förslag på tillvägagångssätt	Förslag på omfattning
Genomlysning och sammanställning av tidigare arbeten rörande digitala lösningar för (psykisk) hälsa, med särskilt fokus på undersökningar av olika målgruppers vanor behov och preferenser	<ol style="list-style-type: none">1. Ett gemensamt arbetsdokument utformas inför insamling av material2. Samtliga gruppmedlemmar genomför en mindre sökning samt insamling av material på området och dokumenterar i gemensamt arbetsdokument3. Under öppet samordningsmöte (initiativ 2.7.2) efterfrågas ytterligare material, och deltagare uppmuntras att fylla i gemensamt dokument4. 1–2 gruppmedlemmar sammanställer materialet	<p>Steg 1: Stödteamet utformar en enkel mall och delar det gemensamma arbetsdokumentet till arbetsgruppen</p> <p>Steg 2: Varje medlem bidrar med material (förslagsvis ca 2–5 exempel per person)</p> <p>Steg 3: V.g. se till vänster</p> <p>Steg 4: V.g. se till vänster</p>
Utforma en övergripande strategi för digitala lösningar för psykisk hälsa	<ol style="list-style-type: none">1. De gruppmedlemmar som sammanställt insamlat material presenterar för övriga arbetsgruppen under ett möte2. Inledande diskussion i helgrupp kring möjliga teman i den övergripande strategin3. 1–2 gruppmedlemmar utformar, på basen av diskussionen i helgrupp ett första utkast på strategin och delar med gruppen4. Övriga deltagare läser och ger återkoppling på utkastet5. Uppdatering av utkast6. Finalgenomläsning av signering av arbetsgruppen	<p>Steg 1: Förslagsvis presentation på ca 15 minuter (huvudbudskap i insamlat material)</p> <p>Steg 2: V.g. se till vänster</p> <p>Steg 3: Baserat på insamlat material, gemensam diskussion och tidigare erfarenheter och kunskap utformas strategin på rubriknivå. Fyll på med information (utifrån ambitionsnivå allt ifrån en kort beskrivning, till en fördjupad analys med källhänvisningar. Förslag är närmare kort beskrivning)</p>

Delmål	Förslag på tillvägagångssätt	Förslag på omfattning
		<p>Steg 4: "Granskning" Komplettera med nya, omformulera eller slå ihop/ta bort punkter</p> <p>Steg 4: V.g. se till vänster</p> <p>Steg 5: Genomläsning och granskning av språk och innehåll</p>

Nästa steg

I nästa steg kan målgrupp och spridningskanal för materialet diskuteras lite mer strukturerat.

Medverkande och ansvar för initiativets aktiviteter (preliminärt)

Medverkande i delarenan	Aktivitet/arbetsström
Uppdrag psykisk hälsa	Sammanställande
Samtliga deltagare i delarenan	Deltagare

Tidplan/milstolpar

Aktivitet	Datum
UPH sammankallar till ett första möte med representanter från Inera, SKR samt samtliga deltagare i delarenan	Oktober?

Pågående arbete inom/utanför Kraftsamling av relevans för initiativet

- Nationella eHälsa-strategin

#2.7.4 Utveckla digitala lösningar för psykisk hälsa

Bakgrund och problembeskrivning

Som nämnts tidigare i detta handslag finns såväl önskemål från befolkningen som en ambition från aktörer som erbjuder vård och stöd att fortsatt utveckla digitala lösningar för psykisk hälsa. För att denna utveckling ska bli så effektiv och träffsäker som möjligt finns ett behov av att stärka kunskapsläget kring hur digitala lösningar bör utformas för att på bästa sätt motsvara olika målgruppers behov och preferenser, exempelvis vad gäller format, spridningskanaler, typ av innehåll samt frågor rörande juridiska, tekniska och etiska avväganden vid framtagande av nya digitala lösningar. På basen av detta finns sedan behov av att konkret utveckla digitala lösningar som idag saknas, samt arbeta med att förbättra befintliga tjänster.

Målbild

Att utveckla någon/några digitala lösningar och tjänster för psykisk hälsa. Detta utifrån användardriven design som utgår från målgruppens behov, önskemål samt kompetens kring digitala lösningar

- Delmål 1) hälsofrämjande digitala insatser för psykisk hälsa, målgruppsanalys och rapport utifrån ovan
- Delmål 2) Arbeta för att utveckla lokal, regional alternativ nationell hälsoplattform
- Delmål 3) Arbeta för att utveckla lokal, regional alternativ nationell plattform för insatser vid psykisk ohälsa

Genomförande

Delmål	Förslag på tillvägagångssätt	Förslag på omfattning
Att ta fram och vidare utveckla ett kunskapsunderlag kring målgruppens behov/önskemål/kompetens för psykisk hälsa och hur detta står i förhållande till dagens utbud och verksamheternas mål/kompetens/behov.	<ol style="list-style-type: none">1. Initiativarbetsgruppen genomför en målgruppsanalys genom exempelvis:<ul style="list-style-type: none">○ En kunskapsöversikt på området○ Sammanställningar av vad barn och unga söker för hos bland annat BRIS, Unga Lukas Första linjen och BUP○ Workshop med målgrupp och anhöriga○ Intervjuer med målgrupp och anhöriga samt organisationer som möter målgruppen	Arbetet planeras pågå under hösten 2020
Utifrån GAP-analys ovan söka/utforma/prova ut nya/förbättra befintliga digitala lösningar	<ol style="list-style-type: none">1. Efter sammanställning av ovan planeras för utveckling av någon/några digitala lösningar för psykisk hälsa	Vår 2021?

Medverkande och ansvar för initiativets aktiviteter (preliminärt)

Medverkande i delarenan	Aktivitet/arbetsström
Annika Nilsson, Anna Jonson	Sammanställande
Emmy Bertholdsson, Bengt Stavenow	Deltagare
Emma Dahlson, Linda Ekman-Kunatowska	Deltagare
Nicolas Fälth	Deltagare
Åsa Sandler	Deltagare
Jessica Dagman, Sara Renström	Deltagare

Pågående arbete inom/utanför Kraftsamling av relevans för initiativet

- Delarenor: Smart tillgänglighet till hjälp
 - 0–6 år
 - 7–15 år
 - Unga vuxna
- RISE och Region Stockholm - ”Digital plattform för att främja psykisk hälsa och välbefinnande”
- Region Stockholm – ”BUP.se”

STÖD FÖR GENOMFÖRANDE AV ARBETSPLANEN

Lista över organisationer/aktörer som kan vara till hjälp

- Sveriges Kommuner och Regioner, Uppdrag psykisk hälsa
- RISE
- Region Stockholm
- ...

Pågående arbete av relevans för denna arbetsplan

- Peter Almgrens utredning om förutsättningar för en sammanhållen god och nära vård för barn och unga i hela landet
- RISE och Region Stockholm - ”Digital plattform för att främja psykisk hälsa och välbefinnande”
- Region Stockholm – ”BUP.se”
- ...

Andra delarenor inom Kraftsamlingen

- Smart tillgänglighet i första linjen, arbetsgrupper för:
 - 0–6 år
 - 7–15 år
 - Unga vuxna
- Huskurer för psykisk hälsa
- ...