

# PS YOUNG SUPPORT

## WEBBASERAT STÖD FÖR UNGA NÄRSTÅENDE TILL PERSONER MED PSYKISK OHÄLSA

Forskningsprojektet PS Young Support undersöker om internet-baserat stöd kan hjälpa unga människor som har någon närstående – vän eller familjemedlem – som mår psykiskt dåligt.

Unga personer med egen sådan erfarenhet är med och tar fram webbplatsen tillsammans med forskare, systemutvecklare och kommunikatör.

### MEDARBETARE

**Ingela Skärsäter**, leg sjuksköterska, fil dr, docent i omvårdnad, Sahlgrenska akademien, Göteborgs universitet/Vårdalinstitutet samt Sahlgrenska universitetssjukhuset, Psykiatri Östra, Göteborg

**Barbro Krevers**, leg arbetsterapeut, med dr och forskare, Institutionen för medicin och hälsa, Linköpings universitet/Vårdalinstitutet

**Mikael Elf**, leg psykolog, fil mag i tillämpad IT, doktorand Psykologiska Institutionen, Göteborgs universitet/Vårdalinstitutet

**Lilas Ali**, leg sjuksköterska, doktorand Institutionen för vårdvetenskap och hälsa, Sahlgrenska akademien, Göteborgs universitet/Vårdalinstitutet

**Alexander Sjöstrand**, leg sjuksköterska, amanuens

**Pia Mattzon**, journalist, kommunikatör



Startsidan på stödsajten [www.molnhopp.nu](http://www.molnhopp.nu) 3 december 2009.

### GENOMFÖRANDE OCH METOD

Forskningsprojektet PS Young Support har en participatorisk design och omfattar tre faser:



AVSLUTAD FAS

#### Fas 1 – Kartläggning

Kartläggning av unga närståendes livssituation och behov av stöd samt deras tankar om internetbaserat stöd.



AVSLUTAD FAS

#### Fas 2 – Utveckling

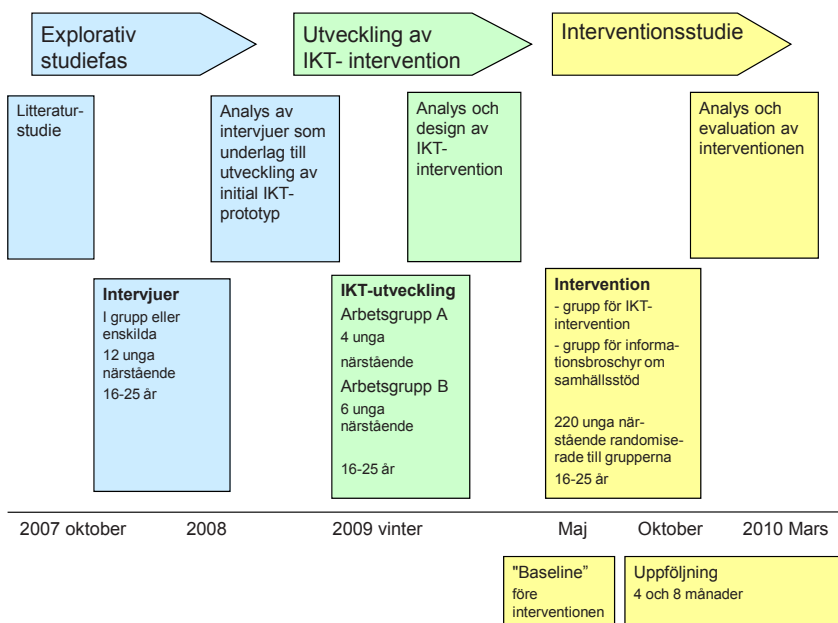
Informanterna från fas 1 engagerades i designprocessen av webbplatsen och delades in i två grupper.



AVSLUTAD FAS

#### Fas 3 – Intervention

En randomiserad, kontrollerad interventionstudie genomförs under åtta månader.



### BAKGRUND

Medan den psykiska hälsan för Sveriges befolkning som helhet förbättrats, har den i ungdomsgruppen 15–24 år tvärtom försämrats. Ungdomar som är närstående till någon med psykisk ohälsa eller missbruk är särskilt utsatta. Dessa unga personers liv påverkas i hög grad av denna livssituation och de måste oftast ändra vanliga livsrutiner, som skolgång, arbete och socialt liv.

### PROJEKTETS BETYDELSE

Kunskapsläget är osäkert när det gäller effekten av webbaserade hälsoinsatser. Det finns ett behov av såväl effektstudier som studier som kan ge kunskap om användbarhet för webbaserat stöd. Studien inom PS Young Support kommer att öka kunskapen inom båda dessa områden och därmed bidra till utveckling av effektiva stöd. Unga närstående till någon med psykisk ohälsa är en osynlig grupp och studien kommer också att ge mer kunskap om denna grupps livssituation och psykiska hälsa.

## **PS Young Support - information och stöd via nätet till unga närstående till personer med psykisk ohälsa**

**Med forskningsprojektet PS Young Support vill vi utveckla ett webbaserat stöd och ta reda på om det kan underlätta situationen för unga närstående till personer med psykisk ohälsa.**

Projektet kommer att få betydelse för såväl närstående som personer med psykisk ohälsa genom bättre tillgänglighet till kunskap som kan främja psykisk hälsa.

### **Varför är det intressant?**

*"Patienterna och brukarna och deras anhöriga eller närstående, måste ha samlad tillgång till information om vården och omsorgen. Det handlar om sjukdomar och vårdbehov, tillgång till vård och omsorg, kvalitet, rättigheter som patient och brukare osv. Behovet av korrekt och begriplig information växer i takt med att medborgarnas valmöjligheter och antalet utförare ökar".*

Ur Nationella IT-strategin Lägesrapport (2008)

Ungdomar i familjer där någon drabbas av psykisk ohälsa har ofta en annan bild av sjukdomen än de vuxna i familjen och de hanterar de problem som uppstår på ett annorlunda sätt. De unga är benägna att själva ta på sig skuld för vad som händer och de har svårt att sätta sina egna behov i främsta rummet. Ungdomarna blir ofta ensamma om sin upplevelse och kan sakna någon vuxen att prata med. De har behov av korrekt och anpassad information om olika psykiska problem eller symtom och dess konsekvenser och hur de kan förhålla sig till dem. Det kan ge de unga bättre förutsättningar för att på ett konstruktivt sätt kunna hantera den situation de lever i. Information till människor om psykisk ohälsa kan motverka att personer som har drabbats och deras närstående inte ska bli stigmatiserade eller känna sig marginaliserade.

Det finns många faktorer som kan påverka effekten av information och stöd, exempelvis omfattningen och kvalitén på de olika insatserna. Det är därför viktigt att undersöka hur de potentiella användarnas behov av information och stöd bäst tillgodoses utifrån ett processperspektiv för att insatserna ska bli användbara.

Kunskapsöversikter ger vid handen att ungdomar ofta använder Internet för att må bättre när de är utsatta för stressfyllda händelser i sina liv och att användandet ökar vid dessa stresstillfällen. Många människor vill ta reda på så mycket som möjligt själva när det gäller hälsa och de vill göra det när det passar dem själva. De vill förstå, men även kommunicera med personer med liknande erfarenheter. Möjligheten att i enskildhet söka information när det finns tid eller då frågor väcks upplevs som betydelsefullt. Webbaserat stöd innebär dessutom möjligheter att nå närstående till personer med psykisk ohälsa som inte har någon behandling, eller närstående som inte vågar eller vill söka hjälp på grund av att de upplever det stigmatiserande.

### **Funderingar inför framtiden**

Har ungdomarna nytta av stödsajten molnhopp.se?

Är Internet bästa mediet för att nå unga personer?

Vilka faktorer har betydelse för att unga personer använder respektive inte använder ett stöd när de har behov av det?

Hur används ett webbaserat stöd av unga personer när det har integreras i rutinverksamhet inom hälso- och sjukvård?