

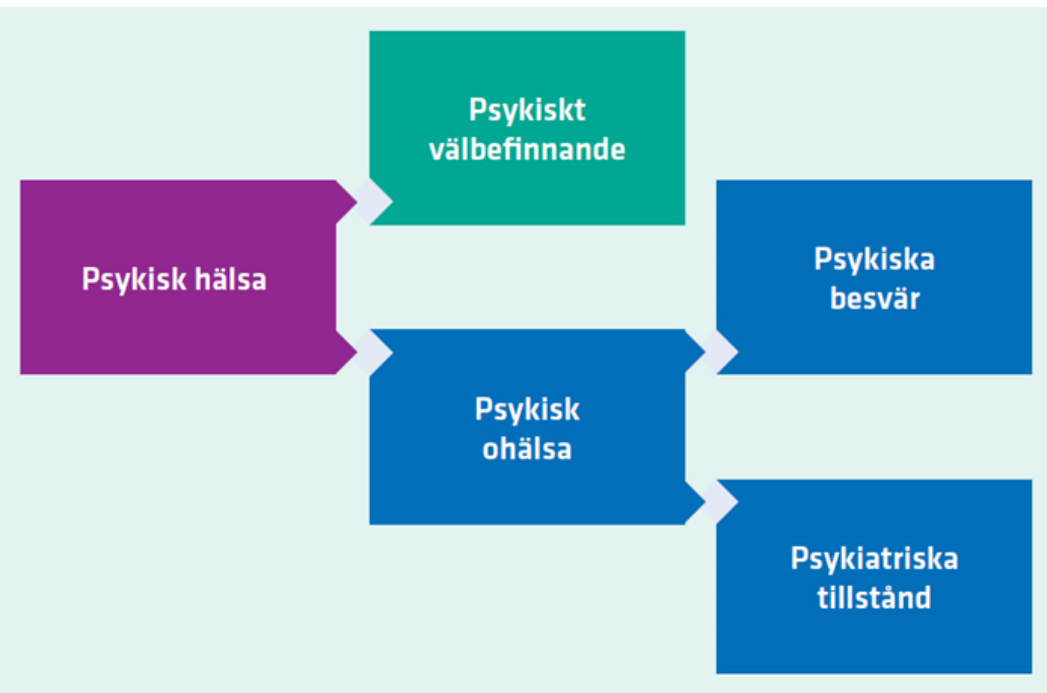


Temagrupp Psykisk hälsa

HFS strategidag 250925

anna.frisk@regionjh.se

Psykisk hälsa är ett paraplybegrepp som innefattar dimensionerna psykiskt välbefinnande och psykisk ohälsa



Psykiskt välbefinnande handlar om att känna tillfredsställelse med livet, att ha goda sociala relationer och att kunna känna njutning, lust och lycka. Det är en grundläggande resurs för att kunna bemästra livets olika svårigheter.

Psykisk ohälsa delas in i psykiska besvär och psykiatriska tillstånd, beroende på om ohälsan uppfyller kraven för en psykiatrisk diagnos eller ej.

Psykiska besvär är vanligt förekommande i befolkningen och något vi alla kan drabbas av. Ofta handlar det om normala reaktioner på påfrestningar i livet. Psykiska besvär kan röra sig om koncentrationssvårigheter, oro, nedstämdhet och sömnsvårigheter. Psykiska besvär är psykisk ohälsa som inte uppfyller kriterierna för psykiatrisk diagnos.

Psykiatriska tillstånd är psykisk ohälsa där kraven för psykiatrisk diagnos är uppfyllda. Psykiatriska tillstånd kan i sin tur delas in i **psykiska sjukdomar och syndrom**, såsom olika ångestsyndrom eller schizofreni respektive **utvecklingsrelaterade psykiska funktionsavvikelser** (så kallade neuropsykiatriska funktionsnedsättningar), såsom ADHD eller autism.

Mål för temagrupp psykisk hälsa



Att bidra till HFS-nätverkets
medlemsorganisationers
hälsofrämjande och
sjukdomsförebyggande arbete
med psykisk hälsa.

Fokusområden - temagrupp psykisk hälsa 2025

1. Samverkan kring kopplingen psykisk hälsa gentemot olika levnadsvanor och fokusgrupper.
2. Tillämpning/implementering av nationella strategier -Ofrivillig ensamhet samt Psykiskhälsa och suicidprevention.
3. Spridning av lärdomar utvecklingsuppdrag minskad stigmatisering kring psykisk hälsa och suicid.

Vad är på gång/aktuellt i temagruppen?

Fokusområde 1

Samarbete och samverkan kring kopplingen psykisk hälsa gentemot olika levnadsvanor och fokusgrupper.

Psykisk hälsa är ingen levnadsvana men en faktor som måste tas hänsyn till när det gäller hur man agerar för att sprida information samt implementera och utvärdera hälsofrämjande/förebyggande insatser utan att förstärka stigma.

Önskemål att HFS centralt bjuder in och kraftsamlar temagrupperna utifrån riktade perspektiv exempelvis målgrupper :

Ex barn, unga, yrkesverksamma, arbetslösa, äldre, funktionshindrade och utifrån detta tar dialog utifrån respektive temagrupp/ kunskapsområden.

Vad är på gång/aktuellt i temagruppen?

Fokusområde 2

“Tillsammans” – ett regeringsuppdrag för att minska ofrivillig ensamhet **Tillsammans minskar vi ofrivillig ensamhet** — FoHM, vilken släpptes i mars, Fokus på att motverka ofrivillig ensamhet och stödja social gemenskap.

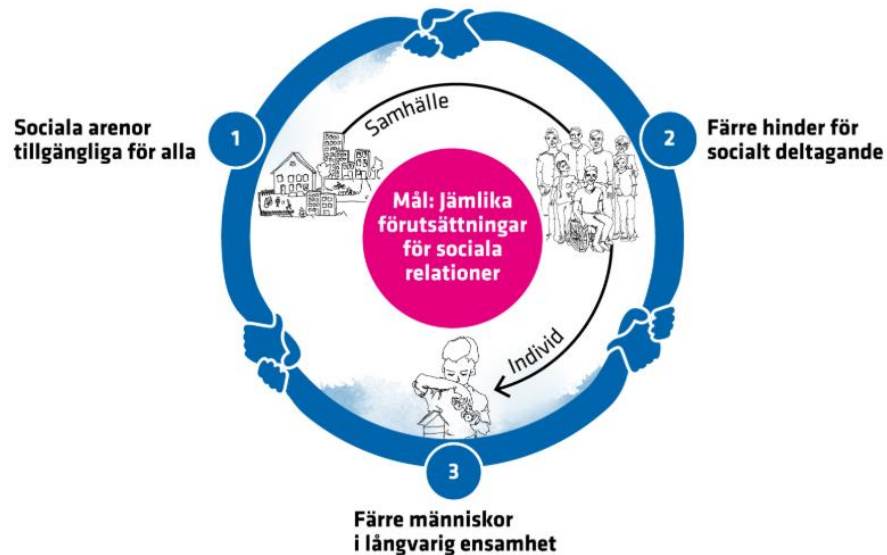
“Det handlar om livet” Nya **nationella strategin psykisk hälsa och suicidprevention**. Nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention — Folkhälsomyndigheten

Sprida rapporterna regionalt/lokalt. Bevaka frågan och gemensamt utforska hur regionerna tar sig an strategierna

Målet är indirekt implementeringsstöd genom att tillföra temagruppen kunskapshöjande och inspiration utifrån goda exempel

Strategierna kan kopplas till det hälsofrämjande förebyggande arbetet – fler temagrupper berörs – vad påverkar INTE den psykiska hälsan

Nationell strategi mot ensamhet:
"Tillsammans – för god gemenskap i hela befolkningen"



Nationell strategi för psykisk hälsa och
suicidprevention



Övergripande mål

En förbättrad psykisk hälsa i hela befolkningen

- Färre liv förlorade i suicid
- Minskade påverkbara skillnader i psykisk hälsa
- Minskade negativa konsekvenser på grund av psykiatriska tillstånd

Delmål



Ökat fokus på att stärka psykiskt välbefinnande och psykisk hälsa som resurs för individ och samhälle



Ökade investeringar i barn och unga för en god psykisk hälsa genom hela livet



Ett inkluderande och hållbart arbetsliv som främjar psykisk hälsa



Ett inkluderande samhälle med delaktiga invånare



Vård och omsorg som möter patienters och brukares behov

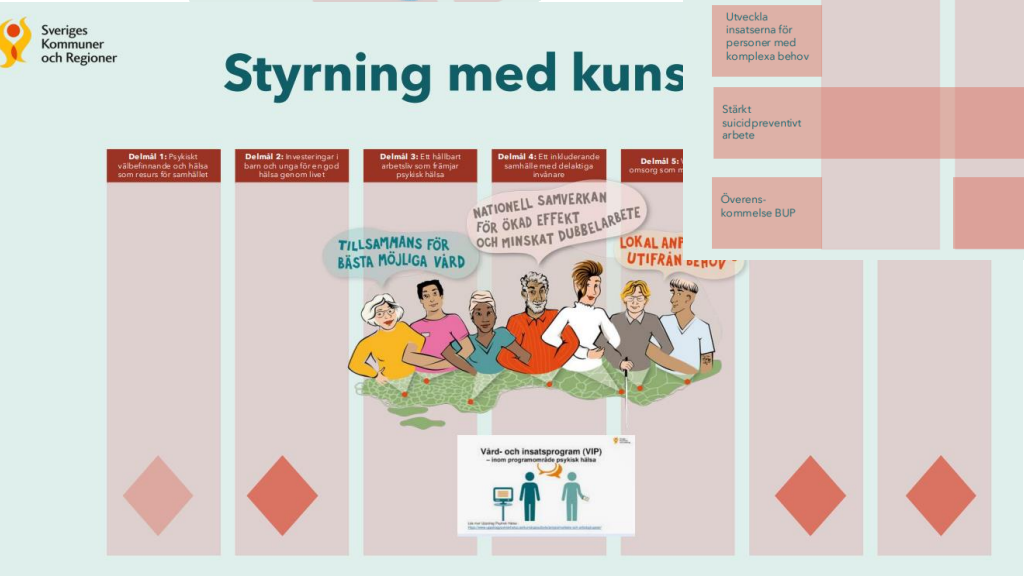


Stärkt suicidpreventivt arbete



Stärkt kunskapsutveckling inom området psykisk hälsa och suicidprevention

Målet med strategin är att skapa jämlika förutsättningar för sociala relationer. Det betyder att faktorer som ålder, funktionsnedsättning eller ekonomi ska inte försämra möjligheterna till ett socialt liv.



Överenskommelse staten och SKR

	Delmål 1: Psyiskt välbefinnande och hälsa som resurs för samhället	Delmål 2: Investeringar i barn och unga för en god hälsa genom livet	Delmål 3: Ett hållbart arbetsliv som främjar psykisk hälsa	Delmål 4: Ett inkluderande samhälle med delaktiga medborgare	Delmål 5: Vård och omsorg som möter behov	Delmål 6: Starkt suicidpreventivt arbete	Delmål 7: Starkt kunskapsutveckling på området
Genomförande av den nationella strategin							
Främja psykisk hälsa och förebygga ohälsa hos barn och unga							
Utveckla insatserna för personer med komplexa behov							
Starkt suicidpreventivt arbete							
Överens- kommelse BUP							

Regeringens satsningar

	Delmål 1: Psyiskt välbefinnande och hälsa som resurs för samhället	Delmål 2: Investeringar i barn och unga för en god hälsa genom livet	Delmål 3: Ett hållbart arbetsliv som främjar psykisk hälsa	Delmål 4: Ett inkluderande samhälle med delaktiga medborgare	Delmål 5: Vård och omsorg som möter behov	Delmål 6: Starkt suicidpreventivt arbete	Delmål 7: Starkt kunskapsutveckling på området
Nationell samordnare för ett samlat suicidpreventivt arbete							
Digitala medier och hälso- Folkhälso- myndigheten							
Existentiell hälsa, Folkhälso- myndigheten							
Primärvårds- satsning Socialstyrelsen							
Utvecklingsteam mm, Socialstyrelsen							
Samsjuklighets- delegationen							

SKR:s satsningar

	Delmål 1: Psyiskt välbefinnande och hälsa som resurs för samhället	Delmål 2: Investeringar i barn och unga för en god hälsa genom livet	Delmål 3: Ett hållbart arbetsliv som främjar psykisk hälsa	Delmål 4: Ett inkluderande samhälle med delaktiga medborgare	Delmål 5: Vård och omsorg som möter behov	Delmål 6: Starkt suicidpreventivt arbete	Delmål 7: Starkt kunskapsutveckling på området
Handlingsplaner, analys länsvis mm.							
Skola och Nya socialtjänstenslagen, Må bra/UMO.se							
Primärvård – utveckling av stegvis vård							
HVB, SIS mm							
Rättspsykiatri- utredningen, samsjuklighet							
BUP – PKS, förbättrade rutiner inrapportering mm.							

Vad är på gång/aktuellt i temagruppen?

Fokusområde 3

Stigmatisering

Vid psykisk ohälsa och suicid

genomförande och resultat utifrån
utvecklingsarbete minskat stigma kopplat till
psykisk hälsa och suicid på uppdrag från
Folkhälsomyndigheten 2020-2024

Regionerna har ett ansvar att minska
stigmatisering vid psykisk ohälsa och suicid

Några lärdomar:

Stigmatiseringens skadliga konsekvenser
oavsett stigmatiserad grupp

Vikten av eggenerfarnas delaktighet vid planering,
prioritering och utformande av insatser

Region Värmland

Region Skåne

Region Jämtland Härjedalen

Region Västmanland

[Hur regioner kan arbeta för att minska stigmatisering —
Folkhälsomyndigheten](#)

[Tema stigmatisering – Begrepp, konsekvenser och arbete mot
stigmatisering av psykisk ohälsa och suicid](#)

Hur arbetar andra temagrupper för
samverkan med civilsamhällets aktörer?

?



Medskick till övriga nätverket

Finns brukarmedverkan i övriga temagrupper?

Hur tar vi tillvara eggenerfarnas kunskap och erfarenheter inom de områden där vi **planerar** för insatser?

Sker ett **samskapande** ? Dvs frågar vi "slutanvändaren" om behoven och hur vi bör arbeta för deltagande i utveckling, genomförande, uppföljning och utvärdering av insatserna?

Testas våra "produkter" av brukare innan slutprodukt sprids?