



**Regionsenter for barn og
unges psykiske helse**

Helseregion Øst og Sør



EXTRA
STIFTELSEN

Hva er viktig for deg?

KAN "HVA ER VIKTIG FOR DEG?" BRUKES
FOR Å STYRKE UNGDOMMENS STEMME I
PRIMÆRHELSETJENESTEN?

Bakgrunn

Ungdommers psykiske helse

Brukermedvirkning

Idiografiske verktøy

Systematisk tilbakemelding

Hva er viktig for deg?

Implementerte HEVD i primærhelsetjenester

Ungdommer definerer selv viktige temaer sentrale for deres egen behandling

Temaer eller mål tas opp i hver samtale

Fokus: det som er viktig for den ungdommen

Åpne tekstbokser – 1-3 temaer/mål

Skåres på en skala fra 1 til 10

Systematisk styrkning individuell brukermedvirkning

Første publikasjon

“What Matters to You?”: A Randomized Controlled Effectiveness Trial, Using Systematic Idiographic Assessment as an Intervention to Increase Adolescents’ Perceived Control of their Mental Health

11 førstelinjetjenester

150 ungdommer (12-23), randomisert til to grupper

70 brukte HEVD

Målte brukermedvirkning psykisk helse, livskvalitet og locus of control

HEVD reduserte ungdommenes opplevelse av å ikke ha kontroll over faktorer som påvirker deres psykiske helse.

Andre publikasjon

Experiences With Using An Idiographic Assessment Procedure In Primary Mental Health Care Services For Adolescents

Intervjuer med 27 behandlere som brukte HEVD

Tematisk analyse

Hovedfunn

- Kom raskere til saken
- Styrket (empowered) ungdommen – tydeligere stemme, brukermedvirkning i praksis, ansvarliggjørende
- Styrket samarbeidet
- Ga en struktur og et tydelig sted å starte behandlingen
- Utfordring: å overgi (deler av) kontrollen til ungdommen

Tredje publikasjon

Adolescents' Mental Health Concerns Reported With An Idiographic Assessment Tool

Undersøkte alle selv-definerte temaer rapportert med HEVD

Over 200 temaer ble kategorisert

Tre hovedkategorier og ni underkategorier ble funnet

Ungdommene var mindre plaget av sine selv-definerte temaer etter behandling, spesielt etter syv samtaler. Temaer relaterer til dem selv endret seg mest.

1. Selv

- a) Autonomi
- b) Psykisk helse
- c) Somatisk helse

2. Relasjoner

- a) Forbedre relasjoner
- b) Føle seg trygg
- c) Ta ansvar for andre

3. Livsområder

- a) Skole
- b) Arbeid
- c) Fritid

Hva har vi lært gjennom denne studien?

HEVD kan redusere opplevelse av ekstern kontroll over ens egen psykiske helse

HEVD ble akseptert av behandlere, og sett på som nyttig

Repetert fokus på unike bekymringer en ungdommen presenterer kan styrke deres stemme i møte med helsetjenester.

Ungdommer ble mindre plaget av sine bekymringer over (relativt kort tid) tid

Innholdet i det ungdommene presenterer tyder på at de søker å “forbedre” seg på tvers av flere arenaer – personlig, relasjonelt og akademisk