

PROJEKTANSÖKAN



PROJEKTPLAN FÖR

Datum: 2018-04-20

Genomförandestudie för att främja den psykiska hälsan bland gymnasieungdomar

Projektledare: Fredrik Söderqvist

Adress: Centrum för klinisk forskning & Kompetenscentrum för hälsa

Region Västmanland, 721 89 Västerås

Epost: fredrik.soderqvist@regionvastmanland.se

Telefon: 021-174670

Projektägare: Centrum för klinisk forskning, Region Västmanland

Bakgrund:

Lokal, regional och nationell statistik visar att den psykiska ohälsan bland ungdomar har ökat de senaste åren. Utvecklingen är oroande med tanke på att specialistvården (BUP) redan är högt belastad. Det gör att tidigare insatser – sjukdomsförebyggande och hälsofrämjande – blir allt viktigare. När det gäller förebyggande insatser satsar Regionen och Västerås stad på suicidpreventionsprogrammet Youth Aware of Mental health (YAM). När det gäller främjande insatser finns i nuläget ingen motsvarande satsning i länet. Faktum är att en nyligen publicerad SBU-rapport slår fast att det inte finns någon utvärderad metod att tillgå som syftar till att strikt främja psykisk hälsa bland skolungdomar. De metoder som finns är antingen främst utformade för att förebygga psykisk ohälsa (det vill säga sjukdom och besvär) snarare än att främja psykisk hälsa eller inte anpassade till en skolmiljö.

Världshälsoorganisationen (WHO) är tydlig i sin positiva definition av vad psykisk hälsa är och menar att den har ett värde i sig eftersom den är något mer än bara frånvaro av psykisk sjukdom och psykiska besvär. Av detta följer att insatser som endast syftar till att förebygga eller behandla psykisk ohälsa är otillräckliga. WHO:s perspektiv på psykisk hälsa är nödvändigt för en insats som syftar till att verkligen främja psykisk hälsa eftersom detta styr såväl valet av intervention som metoder för utvärdering. Den psykiska hälsan utgörs inte bara av ett emotionellt välbefinnande utan är även en resurs för att ungdomar ska fungera väl i sin vardag och på sin fritid. Forskning visar en tydlig koppling mellan psykisk hälsa och skolprestation; en god psykisk hälsa ger förutsättningar för goda skolresultat, högre studier och en bra start på yrkeslivet. En god psykisk hälsa motverkar att unga hamnar i utanförskap och främjar inkludering och förmåga att i framtiden komma in på arbetsmarknaden och generera sin egen försörjning vilket är i linje med syftet i Samordningsförbundets verksamhetsplan för 2018. Enligt samhällsekonomiska bedömningar av Ingvars och Wadeskog är priset för utanförskap 10–15 miljoner per person och 144 miljarder per årskull.

Kompetenscentrum för hälsa (KCH) är regionens resurs i det strategiska arbetet för en bättre folkhälsa. Ett av KCH:s huvuduppdrag är att följa och analysera hälsoläget. Befolkningsundersökningen Liv och hälsa ung Västmanland 2017 visar en tydlig försämring i ungdomars psykiska hälsa. Orsakerna till denna försämring är under utredning men redan nu ses en koppling till försämrade skoltrivsel, hög upplevelse av stress och ett utmanande socialt klimat. Under tiden som orsaker kopplade till miljön utreds vidare behöver insatser utvecklas som gör individen och gruppen starkare och på så vis främjar psykisk hälsa. Dessa insatser behöver ske i samverkan.

Behov av samverkan:

KCH:s andra huvuduppgift är att samverka med och ge stöd till kommuner och andra aktörer i folkhälsoarbetet samt att bedriva metodutveckling och folkhälsovetenskaplig forskning. En viktig samverkanspartner i kommunerna är skolan som med sitt kompensatoriska uppdrag utgör en naturlig arena för tidiga hälsoinsatser. För att en omfattande insats på sikt ska kunna genomföras, följas upp och utvärderas på bästa sätt krävs både god planering och testning samt utvärdering av den metod som kan komma att ligga till grund för en sådan insats. I en skolbaserad intervention blir förankringen bland deltagande skolor mycket viktig. Förutom kommun och skola behövs samverkan med olika lärosäten för att få tillgång till nödvändig kompetens. Det potentiella mervärdet av denna samverkan får anses stort. Dels finns ett behov av tvärvetenskaplig kompetens kring de ämnen som en större studie skulle kunna innefatta och dels utgör skolan och de pedagogiska resurser som finns där en direkt förutsättning för att en bred insats överhuvudtaget ska bli möjlig.

Syftet

Syftet med projektet är tredelat och består av att 1) utveckla, 2) förankra och 3) testa samt utvärdera genomförandet av en intervention som syftar till att stärka den psykiska hälsan hos ungdomar. Interventionens främjande effekter utvärderas dock i en senare randomiserad kontrollerad studie.

Mål

Föreliggande projekt är en genomförandestudie med det övergripande målet att skapa de rätta förutsättningarna för senare utvärdering och eventuell implementering av främjande insats. Mätbara mål blir alltså delmål som består av att utföra aktiviteter kopplade till projektets syfte och dess olika delar, 1-3 ovan samt delmål under tid & aktivitetsplan nedan.

Organisation

Kommer att arbeta med olika delar i projektet:

Fredrik Söderqvist – epidemiolog, forskare och expert på positiv psykisk hälsa och kvantitativ metod
Peter Larm – lektor och forskare vid Mälardalen högskola och expert på kvantitativ metod
Johanna Gustavsson – forskare vid Örebro universitet och expert på kvalitativ metod
Sussan Öster – metodutvecklare vid Region Västmanland och expert på lösningsfokus
Urban Norling – konsult med mångårig erfarenhet av att utbilda i lösningsfokus

Tjänstemannakontakter Västerås Stad:

Per-Inge Hellman – social hållbarhetsstrateg
Louise Boudin, Samordnande för elevhälsan i gymnasieskolan

Rådgivande seniora forskare för projektet:

Sven Bremberg – docent, senior utredare vid Folkhälsomyndigheten
Corey Keyes – professor och upphovsman till mätinstrumentet Mental Health Continuum

Tid & aktivitetsplan

Aktiviteter kopplade till att 1) utveckla en metod för interventionen består av att: i) upprätta en detaljerad forskningsplan; ii) göra en etikansökan vid regional etikprövningsnämnd; iii) sätta samman utbildning och manual för metoden; och iv) sammanställa de instrument (frågebatterier) och andra relevanta utfall (kopplade till skolan) med vilka den främjande insatsen senare avses utvärderas. De förberedande aktiviteterna (i-ii) beräknas genomföras under vår och sommar 2018 medan metodutvecklingen (iii-iv) och bestämning av utfall beräknas ske under oktober-december 2018.

Aktiviteter kopplade till 2) att förankra insatsen i Västerås gymnasieskola består av att informera och upprätta dialog med såväl beslutsfattare och högre tjänstemän som gymnasieskolornas rektorer. En förutsättning för att projektet ska löpa vidare på detta stadium är att det finns en bred uppslutning från såväl beslutsfattare som bland högre tjänstemän och rektorer. Enligt tjänstemanna kontakterna (ovan) lär förutsättningarna för detta vara goda då Västerås Stad ska satsa på skolan de närmaste åren. Förankringsaktiviteter kommer att påbörjas omgående och pågå varefter projektet tar form men är som viktigast fram till oktober då Västerås Stads och skolans inställning till projektet behöver vara klar.

Aktiviteter kopplade till 3) att testa och utvärdera genomförandet av interventionen handlar om att titta på hur hela interventionsprocessen fungerar från början till slut. Detta kommer att göras främst ur ett kvalitativt perspektiv genom intervjuer men även ur ett kvantitativt perspektiv där frågeformulär testas t ex. Det blir viktigt att så gott som alla som berörs av interventionen är positiva till den, både till innehåll och form – mentorerna till utbildningen som de får och eleverna och mentorer till formen för själva interventionen och diverse praktiska aspekter kring den. Interventionen kommer att bestå av ett antal tillfällen med lösningsfokuserade samtal i grupp som leds av mentorer vid respektive skola. Mentorerna ges en specialutformad utbildning i psykisk hälsa och lösningsfokuserade samtalstekniker. De får även handledning i lösningsfokus mellan gruppsamtalen. Under samtalen behandlas olika aspekter av hedoniskt och eudaimoniskt välbefinnande samt de livsvillkor och levnadsvanor som utifrån analys av referensmaterialet Liv och hälsa ung är korrelerade med dem. Tanken är att samtalsgrupperna ska hållas inom redan befintliga mentorsgrupper vid respektive skola. Konceptet i detalj tas fram av metodutvecklare vid Kompetenscentrum i samarbete med forskare och experter i psykisk hälsa och lösningsfokuserade samtalstekniker. Praktiska aspekter kommer att beaktas och stämmas av med representanter för gymnasieskolan. Aktiviteter kopplade till testning och utvärdering beräknas påbörjas i början av 2019 och avslutas senare under våren.

Planerad budget (medel 100 tkr är redan beviljade från samhällskontraktet, MKHV)

Metodutvecklare: utvecklings- och utbildningstid	95 000 kr
Expertkonsult i lösningsfokus: utvecklings- och utbildnings	105 000 kr
Forskartid: Intervjuer, transkribering och analys	85 000 kr
Forskartid: planering/admin, analys och sammanställning av rapport	15 000 kr
Materialkostnader: utbildningsmaterial + interventionsmanual	10 000 kr
Förankringsarbete: informations- och dialogmöten med tjänstemän & beslutsfattare	20 000 kr
Planeringsmöten, resor och konferens (med rådgivande personer)	15 000 kr
Totalt	345 000 kr

Uppföljning

Samtliga personer som kommer att arbeta aktivt i projektet har stor vana av uppföljning och utvärdering och projektet designas som en forskningstudie. Av den anledningen är det lämpligt att Centrum för klinisk forskning – där projektledaren också har forskartjänst – blir projektägare. En detaljerad forskningsplan som utformas på ett tidigt plan i projektet är också en god hjälp. Även stöd av andra kompetenser i samverkan, inte minst inom skolans värld, och av de seniora forskarna blir en god hjälp för att säkerställa projektets kvalitet.

Utvärdering

Se aktiviteter kopplade till 3) att testa och utvärdera ovan. Utvärderingen kommer att publiceras som en vetenskaplig artikel i vilken metoden och genomförandet beskrivs utförligt. Utvärderingen ska sedan användas som förstudiematerial och grund för att söka medel för en randomiserad kontrollerad studie – den första i sitt slag. Att utveckla och utvärdera en skolbaserad intervention som syftar till att främja den psykiska hälsan bland ungdomar istället för att förebygga psykisk ohälsa har stora implikationer. Som den första interventionen i sitt slag har den en stor potential att få internationell uppmärksamhet och vetenskaplig bekräftelse.

Projektets framtid efter avslut

Det är ambitionen att projektet på sikt blir en grund för ansökan om medel till en större vetenskaplig studie med goda implementeringsmöjligheter. Fokus där ska inte bara vara på att vetenskapligt utvärdera effekterna av interventionen utan även att den kommer så många som möjligt till dels.

Datum 2018-04-20

.....
Uppdragsgivare

.....
Projektledare