



Falkenbergs
kommun

Kvalitetsuppföljning Gröna Gatan 2023-01-25

Kvalitetsuppföljning Gröna gatan



1. Om kvalitetsuppföljningen

Under januari och februari 2023 har en kvalitetsuppföljning gjorts av verksamheten Gröna gatan. Syftet med uppföljningen har varit att säkerställa att verksamheten håller en god kvalitet, att verksamheten nyttjas samt att identifiera eventuella förbättringsåtgärder.

Kvalitetsuppföljningen bygger på verksamhetens verksamhetsberättelse, genomförd brukarundersökning, insamlad statistik och intervjuer med anställda samt enhetschef.

2. Verksamheten

Gröna gatan är en verksamhet vars syfte är att ge förutsättningar för en aktiv vardag för personer som upplever psykisk ohälsa. Verksamheten bygger på gemenskap och aktiviteter efter förmåga. Med fokus på återhämtning erbjuds studiecirklar, samtalsgrupper, träning och sociala aktiviteter. Verksamheten riktade sig tidigare endast till de som är mellan 18 och 64 år, men den övre åldersgränsen har nu tagits bort. Verksamheten är öppen måndag till fredag 8.30 till 16.

Gröna gatan har cirka 65 personer inskrivna som deltagare. Verksamheten ringer vid något tillfälle per år runt till deltagarna och ställer frågan om de önskar att fortsätta vara med som deltagare. Under 2022 besökte sammanlagt 51 individer verksamheten. Sammanlagt under året besöktes verksamheten 1142 gånger. Ungefär 15 av deltagarna har också insats i form av boendestöd. De flesta av deltagarna är i 40-50 års åldern.

Synen på återhämtning

Gröna gatan beskriver i sin verksamhetsberättelse sin syn på återhämtning:

Återhämtning är ett begrepp med två betydelser:

Klinisk återhämtning utgår från klinisk expertis. Den innebär att individen ska bli av med sina symptom, återupprätta den sociala förmågan och på andra sätt "bli normal igen".

Personlig återhämtning utgår från den expertis och kunskap som personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa har. Den vanligaste definitionen på personlig återhämtning är från Anthony (1993)¹⁰:

"/en djupt personlig, unik process som förändrar personens attityder, värderingar, känslor, mål, färdigheter och/eller roller. Det är att leva ett tillfredsställande, hoppfullt och aktivt liv, även med de begränsningar som sjukdomen medför. Återhämtning innebär att utveckla en ny mening och syfte med sitt liv, samtidigt som man växer ifrån sjukdomens katastrofala effekter"



Att stödja personlig återhämtning innebär att gå från att behandla sjukdom till att främja hälsa. Det behövs en förändring av tankesättet, där professionellas förklaringsmodeller blir en del av en ökad förståelse av personen. Denna förståelse omfattar fyra teman för återhämtning, beskrivna av personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa:

- **Hopp** – som är en återkommande komponent
- **Personlig identitet** – både nuvarande och framtida självbild
- **Meningsfullhet** – syfte och mål i livet
- **Personligt ansvar** – förmågan att ta ansvar för sitt eget liv.

Återhämtning är en process som ägs av individen själv. Återhämtning är många små steg mot ett mer meningsfullt liv där sjukdomen får allt mindre inverkan. För en person i återhämtning handlar det om att återta eller skapa hopp, mening, identitet och ta makt över sjukdomen och det egna livet igen. Det handlar om att skapa relationer och ett fungerande nätverk.

Återhämtningsinriktat arbetssätt är ett förhållningssätt, som främjar hälsa. Den professionelle arbetar tillsammans med individen genom att undersöka vad i individens liv som kan främja återhämtning. Personalen behöver finnas med som bärare av hopp, genom att uppmuntra och stärka individens vilja och förmåga att ta kontrollen över sitt liv.

Arbetssätt på Gröna gatan

Gröna gatan beskriver i sin verksamhetsberättelse att KASAM, känslan av sammanhang, är ett grundfundament i ett salutogent(hälsöfrämjande) arbetssätt och något som genomsyrar verksamheten.

Begriplighet: Vi kollar med jämna mellanrum av hur den information vi ger ut till våra deltagare tas emot. Till en början skickade vi exempelvis ut aktivitetsschema (dag, tid för de aktiviteter vi erbjuder) för en längre tidsperiod men då detta var svårt att ta till sig för merparten valde vi att skicka ut schema för en vecka i taget vilket visade sig vara ett bättre alternativ.

Hanterbarhet: Vi ställer inga krav på våra deltagare, utan man får komma och delta i våra aktiviteter utifrån egen förmåga. Vi i sin tur försöker möta deltagaren där den är och ge hen de resurser som krävs för att ha möjlighet att återhämta sig.

Meningsfullhet: Vi försöker finnas som bärare av hopp för våra deltagare när livet av olika anledningar är tungt. Vi försöker få var och en att hitta sin roll som medmänniska och samhällsmedborgare.

Vidare skrivs i verksamhetsberättelsen att Gröna gatan stöttas deltagarna till motivation utifrån de tre faktorerna autonomi, kompetens och samhörighet.

Autonomi:

- Ställa frågor.
- Låta deltagaren själv upptäcka.
- Låta deltagaren påverka och delta i utformningen av träning/aktivitet.



- Erbjud alternativ.
- Låta aktiviteten/träningen ske på deltagarens villkor

Kompetens:

- Ge deltagaren beröm framförallt för dennes försök, snarare än resultatet.
- Istället för att fråga huruvida hen gjorde bra ifrån sig så kan vi fråga vad som var kul med dagens aktivitet/träning.
- Lägg träningen/aktiviteten på en lagom utmanande nivå.
- Ha ett syfte med träningen/aktiviteten för att möjliggöra kontinuerlig utveckling.
- Ge mycket beröm och endast en konstruktiv feedback på vad hen kan utveckla.

Samhörighet:

- Hälsa deltagaren välkommen varje gång ni ska påbörja aktivitet/träning.
- Lär känna varje deltagare och bygg en relation.
- Gör gärna aktiviteter i grupp.
- Skapa ett tillåtande klimat där deltagarna stöttar och hjälper varandra.
- Se till att ingen blir ensam under pågående aktivitet/träning.

Innehåll i verksamheten

Verksamheten erbjuder på måndagar promenader, tisdagar sång och lättgymna, onsdagar träning och simning på Klitterbadet, torsdagar Qigong i studiecirkelform, fredagar Klitterbadet på förmiddagen och eftermiddagsfika.

Övriga öppettid är öppet hus där personalen finns tillgänglig för samtal. Personalen hjälper vid behov till att initiera Vård och Stödsamordning (VOSS), vilket innebär ett stöd i att samordna kontakt med kommun, region och eventuellt andra huvudmän. Under tiden det är öppet hus finns även möjlighet att bland annat spela spel, måla och handarbete. De flesta som kommer till öppet hus gör det utifrån att de har behov av att prata. Utöver detta samarbetar Gröna gatan också med bland annat biblioteket och verksamheten får biljetter till bland annat *Rum för dans* där de besöker föreställningar. Tillsammans med biblioteket anordnas också då och då *Shared reading* på Gröna gatan.

Vid intervjuer med personalen framkommer att en viktig roll Gröna gatan spelar är att det ger deltagarna en möjlighet att fokusera på annat än sitt psykiska mående och att delta i ett accepterande socialt sammanhang. Personalen uppfattar att det för många är väldigt läkande att ingå i en grupp och att deltagarna lyfter varandra.

Enligt personalen uppger många av deltagarna att de upplever att det är svårt att delta i sociala sammanhang och att det ibland tycks finnas en missuppfattning kring vad det innebär. Personalen får ibland påminna om att om man till exempel går och tränar eller simmar tillsammans på Klitterbadet så ingår man i ett socialt sammanhang. På detta sätt kan personalen hjälpa personerna att avdramatisera det och ge en grund för den enskilde att stå på när det gäller att delta i samhällslivet. Verksamheten beskriver att de besöker föreningsliv, allmänna platser och offentliga miljöer i syfte att väcka engagemang, bryta social isolering och stötta till att bli aktiva samhällsmedborgare.



Personalen upplever att vissa deltagare har svårt att komma till verksamheten under perioder då de mår sämre men att många av dessa återkommer när måendet stabiliseras.

Av intervjuer med personalen uppger de att de har möjlighet att se och prata med alla deltagare men att det ibland kan vara svårt att fånga upp någon som mår sämre. Det uttrycks att det finns ett vilja att kunna fånga upp personer ytterligare men att det samtidigt finns risker i om verksamheten övergår i för mycket enskilda samtal, Gröna gatan är och ska vara en verksamhet där andra delar än sjukdomen ska stå i centrum.

Det finns en önskan att utveckla verksamheten genom att ibland arbeta med mindre grupper och då arbeta med teman som till exempel kring hur samhället fungerar.

3. Brukarundersökning

Verksamheten genomförde under januari 2023 en egen brukarundersökning på Gröna gatan. Sammanlagt svarade 23 personer på enkäten. Samtliga svarande uppgav att de kände sig välkomna till Gröna gatan och att de anser att det är lätt att ta sig till verksamheten. 91 % uppgav att de tycker om de aktiviteter som erbjuds (av de två personer som ej uppgett att de tycker om aktiviteterna hade en inte svarat alls och en svarat vet ej). En majoritet hade svarat att de saknar (i vart fall ibland) några typer av aktiviteter. På denna fråga lämnades många förslag som fritextsvar på aktiviteter både utomhus och inomhus. En majoritet bland de som svarat var nöjda med öppettiderna men det fanns även önskemål om att verksamheten skulle vara öppen på kvällar, helger och röda dagar. Tryggheten uppfattas som god.

Av fritextsvar går det att utläsa att majoriteten kommer för att man trivs och tycker det är viktigt. Det lyfts fram att på grund av Gröna gatan har man lyckats bryta sin isolering och ensamhet. Någon uttrycker att då denne nu fått ordning på livet har behovet av Gröna gatan minskat medan de också finns svar där man uttrycker att det i perioder då man mår dåligt är svårt att ta sig till verksamheten men när man väl kommer dit så mår man bättre. En svarande skriver att Gröna gatan utgör en viktig träffpunkt för de med psykisk ohälsa och er en trygghet när livet är tufft.

4. Verksamhetens förutsättningar

Lokalerna på Gröna gatan består av ett större aktivitetsrum samt en del kontor och ett kök. Det finns ett rum där man kan sitta i avskildhet. På förslag av en av deltagarna kommer detta rum att förändras något, detta då det kan vara viktigt bland annat för de som får ett ökat ångestpåslag när de kommer till verksamheten att ha någonstans att landa. Det är aktivitetsrummet lätt att möblera om så att det finns utrymme för mer rörliga aktiviteter så som Qigong och lättgymna. Genom att det är möblerat på det sätt det är går det att använda aktivitetsrummet till såväl de mer fysiska aktiviteterna som till de mer stillasittande. Sammanfattningsvis kan sägas att lokalerna är väl anpassade för verksamheten.

De som arbetar på Gröna gatan har adekvat utbildning och en stor erfarenhet av arbete med målgruppen. Det finns möjlighet att ta in personal från annan verksamhet inom Socialpsykiatri vid till exempel sjukdom eller frånvaro, denna möjlighet nyttjas dock ganska sällan.



5. Slutsatser

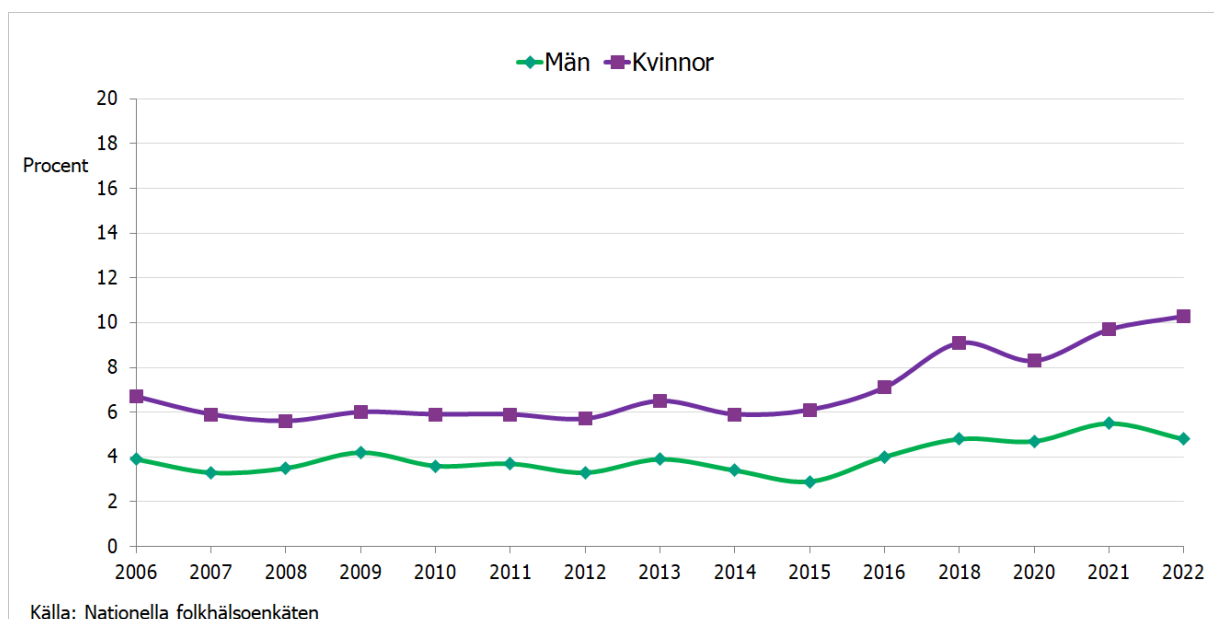
Det finns i verksamheten väl beskrivna teoretiska utgångspunkter där det av verksamhetsberättelsen framgår att en grundläggande teori är Känsla av sammanhang (KASAM). Andra teorier som nämns eller beskrivs är: Self-Determination Theory (SDT), Attention Restoration Theory (ART), teorier om återhämtning och om stress. Utifrån dessa teorier som grund utformas verksamheten. Av såväl samtal med verksamheten som utifrån verksamhetsberättelsen framgår tydligt att det finns en stark förankring i att använda evidensbaserade metoder.

Verksamheten på Gröna gatan bedöms hålla god kvalitet. Aktiviteterna bedöms stämma väl överens med de teoretiska utgångspunkterna och tycks också vara uppskattade av brukarna. Personalen har en god kompetens och verksamheten präglas av respekt för den enskildes självbestämmande och det finns i verksamheten en stor lyhörddhet för förslag och idéer från deltagarna. Verksamheten har tagit del av resultatet av brukarundersökningen och arbetar med att implementera förändringar utifrån brukarnas förslag.

6. Utvecklingsområde

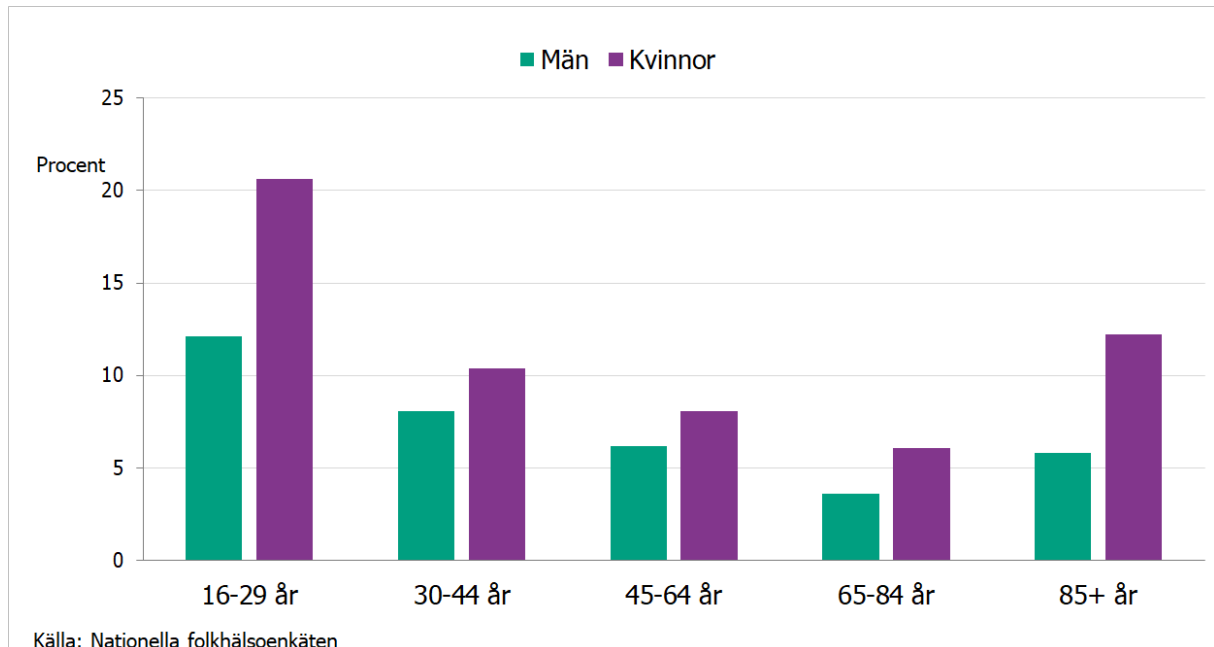
Av statistik från den nationella folkhälsoenkäten, patientregistret och läkemedelsregistret kan ses en ökning av personer som upplever och som söker vård för ångest och depression. Att på flera sätt kunna möta denna målgrupp och att stärka det suicidpreventiva arbetet skulle kunna vara ett sätt att utveckla Gröna gatan.

Andel män och kvinnor 16–84 år som uppgett svåra besvär av ångslan, oro eller ångest 2006–2022.

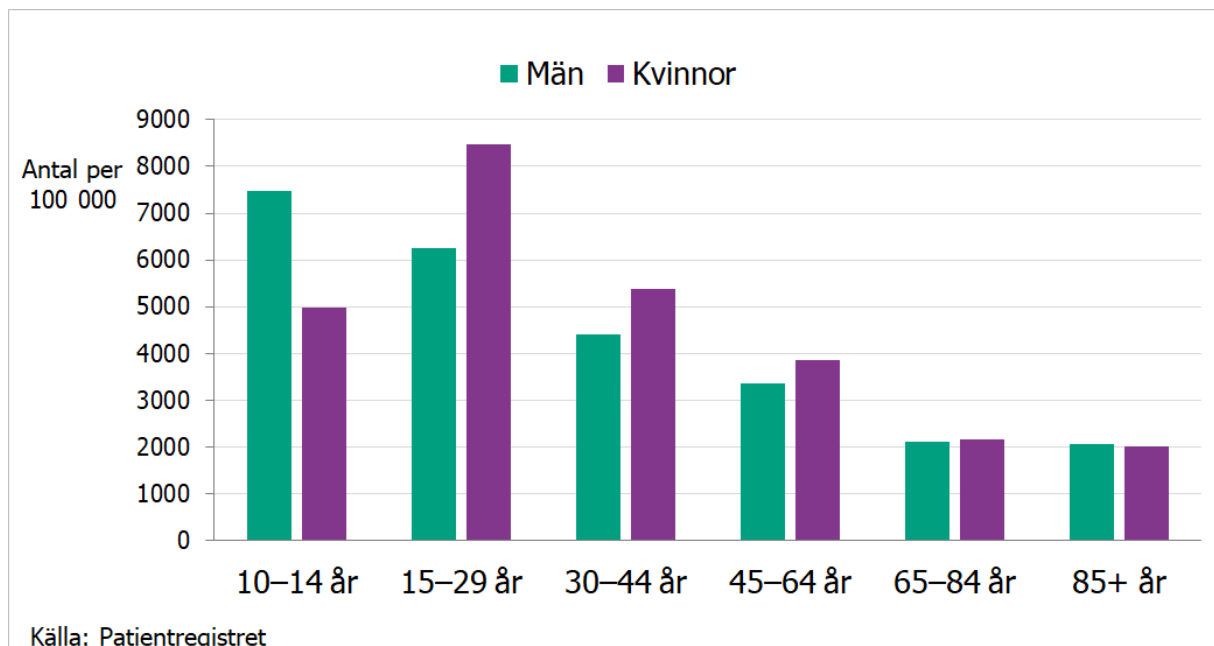




Andel män och kvinnor i olika åldersgrupper som uppgett allvarlig psykisk påfrestning 2022. Källa: Nationella folkhälsoenkäten.



Antal kvinnor och män per 100 000 invånare i olika åldersgrupper som har fått psykiatrisk öppen- eller slutenvård 2021.





I åldersgruppen 18-29 år var för män den vanligaste orsaken ADHD, medan det för kvinnor var ångest- och stressyndrom (huvudsakligen ångest). Andelen som vårdats för ångest- och stressyndrom var dubbelt så hög bland tjejer som bland killar. I åldersspannet 30 till 44 år är det fortfarande ångest och stress som är den vanligaste orsaken till vårdkontakt inom psykiatrin. Näst vanligast är att vården skett på grund av depression, tredje vanligast är ADHD och fjärde vanligast är substansberoende. I åldersgruppen 45 till 64 år är det ångest/stress som är vanligast, depression näst mest vanligast och beroende som är tredje vanligast. I åldersgruppen över 65 år är det depression, demens och ångest/stress som är de tre vanligaste orsakerna till psykiatrisk vård. Om man bortser från de som har psykiatrisk vårdkontakt för demens kan mönstret från den yngre åldersgruppen kännas igen även i övriga åldersgrupper, det vill säga att andelen kvinnor är högre än andelen män och att detta framför allt gäller vårdkontakt utifrån ångest och oro.

Det går att se en generell trend där antalet personer som uppger att de lider av ängslan, oro och ångest ökar samt att utskrivningen av antidepressiv medicinering ökar. Huruvida detta beror på att den psykiska ohälsan rent faktiskt ökar eller om det är ett resultat av att fler personer med psykiatriska symtom söker vården är svårt att utläsa, oavsett anledning bedöms det rimligt att anta att om fler personer söker vård för psykiatrisk sjukdom kan det också innebära att fler personer söker stöd att klara av att hantera konsekvenserna av sin psykiatriska sjukdom i vardagen.

En utveckling av Gröna gatan

Att fånga upp personer som försämras i sitt mående, får ångestpåslag eller på annat sätt är behov av stöd bedöms ur ett målgruppsperspektiv, ett folkhälsoperspektiv och utifrån suicidprevention vara av stor vikt. Att kunna erbjuda stödjande samtal per telefon och vid besök skulle kunna vara ett sätt att ge stöd för personer som är i behov att bryta sitt dåliga mående. Ett framgångsrikt exempel där detta erbjuds är Stöttecenter i Hässleholm. Stöttecenter arbetar genom att med avstamp i det medmänskliga samtalet försöka bryta det dåliga måendet och tabun kring att prata om psykisk ohälsa. De betonar att de ej utför någon behandling (vilket är sjukvårdens ansvar), utan att de finns där som en samtalspart som lyssnar, vägleder, stöttar och stärker de skyddsfaktorer som finns hos besökaren. Att arbeta fram en funktion dit man kan vända sig för denna typ av samtal bedöms vara en önskvärd och naturlig utökning av Gröna gatans verksamhet.

Stöttecenter är ett koncept som framarbetats i Hässleholm och som har öppet dygnet runt, alla veckans dagar. Den som bor i kommunen och är över 18 år kan komma dit när den mår dåligt och behöver prata med någon. Ofta räcker det med samtalsstöd för att dämpa oro och ångest. Ingen remiss eller annat beslut behövs för att besöka verksamheten. Det finns möjlighet att vila i elektrisk gungstol, som är ett hjälpmedel för avslappning. Verksamheten är öppen året runt och dygnet runt. Det finns även tillgång till "sviktplatser", vilket betyder att det finns möjlighet att övernatta under en eller två nätter.

Delar av Stöttecenters arbetssätt bedöms intressanta att titta vidare på och implementera hos Gröna gatan. Detta skulle i så fall innebära att Gröna gatan skulle bestå av en aktivitetsdel och en stöttedel. När det gäller telefonsamtal till Stöttecenter sker 75 % av samtalen på dagtid och 25 % på nattetid. Även besök till verksamheten sker till stor del under dag och kvällstid. Att utöka Gröna gatans verksamhet så att det finns möjlighet att ta emot telefonsamtal och besök till stöttedelen fram till klockan 22.00 skulle kunna vara ett sätt att möta målgruppens behov. För att stöttedelen ska fungera krävs att det finns rum dit man kan komma och sitta avskilt för att samtala men också kunna finna lugn i till exempel en elektrisk gungstol. Det är möjligt att i Gröna gatans nuvarande lokaler anpassa



för detta. Vidare krävs personalresurser för att hantera stöttdelen och att hålla öppet längre på kvällar samt även på helger. Det krävs även att ett genomarbetat koncept arbetas fram och att information om verksamheten sprids till målgruppen, professionella som möter målgruppen och till allmänheten.

Sviktplatser dit man kan komma och övernatta bedöms i dagsläget mindre prioriterat att införa.

Det bör undersökas om statsbidrag riktade till psykiatri skulle kunna användas för att täcka delar av merkostnaderna som en utökning av Gröna gatans verksamhet skulle kosta.

Rekommendationen är att ge förvaltningen i uppdrag att vidare utreda behovet av och möjligheterna att utöka Gröna gatans verksamhet till att också rymma en stöttdel.