

RESULTAT 2026-06-17

Studie III om verksamheters insatser för att främja ungas psykiska välbefinnande inom projektet "Förstudie inför aktionsplan för ungas psykiska välbefinnande på Gotland"

Uppsala universitet, Forskargruppen CHAP, Ansvarig forskare Veronica Hermann

Sammanställning av typer av insatser/verksamheter

Nedan sammanfattas de insatser för att främja ungas psykiska välbefinnande som identifierats av utvalda aktörer i det gotländska samhället. Sortering är gjord utifrån samhällssektorer.

Innehåll

Akademi

Uppsala universitet Campus Gotland: Studenthälsan.....	4
Uppsala universitet Campus Gotland: Universitetsbiblioteket som del av Almedalsbiblioteket	5

Civilsamhälle

Friskis & Svettis.....	6
Friskis & Svettis: Samverkan med Wisbygymnasiet i projektet hållbar hälsa	7
Gotlands schackförbund.....	8
Leader Gute: Ministöd för projekt	8
Leader Gute: Projektet Ung livskraft i samverkan.....	10
P18:s idrottsklubb	11
P18:s idrottsklubb: Rörelsepass på Guteskolan	12
RF-SISU	13
RSMH (Riksförbundet för Social och Mental hälsa) Gotland	14
Röda Korset: Mötesplatser.....	15
Röda Korset: Stöd till marginaliserade grupper	16
Röda Korset: Praktikplatser hos Röda Korset, i den mån verksamheten tillåter	17
Sensus studieförbund.....	18
Sensus studieförbund: Meningen med mig	19
Svenska kyrkan Norra Gotlands pastorat: Konfirmation.....	20
Svenska kyrkan Norra Gotlands pastorat: Ungdomsgrupp	21
TvåRum	22

Näringsliv

GEAB	23
GEAB: Sponsorverksamhet riktad mot idrott och kultur för barn och ungdomar på Gotland	24
Kneippbyn.....	24
Länsförsäkringar Gotland	25
McDonalds Visby	26

Tillväxt Gotland: Alla behövs	27
Offentlig verksamhet	
<i>Avdelningen för arbetsliv och etablering, Region Gotland</i>	
Feriejobb inom Region Gotland	28
Kommunala aktivitetsansvaret (KAA).....	29
UngaJobb (intervju 25-08-15).....	31
7-Tjugo-kompassen inom avdelningen för Arbetsliv och etablering i Region Gotland.....	32
<i>Hälso- och sjukvård, Region Gotland</i>	
Barn- och ungdomsmedicin i hälso- och sjukvården Gotland	33
Barn- och ungdomspsykiatri (BUP)	33
Första linjens mottagning	34
Första linjens mottagning: Fysisk Aktivitet på Recept (FAR)	35
MiniMaria	36
Ungdomsmottagningen.....	37
Vuxenpsykiatri	38
<i>Kulturverksamhet, Region Gotland</i>	
Dans för hälsa	39
Folkbiblioteken på Gotland	40
Folkbiblioteken: Ungdomsavdelning på biblioteket Hemse	42
Folkbiblioteken: Bokklubb för unga på Almedalsbiblioteket	42
UngKultur inom kulturenheten i Region Gotland	44
<i>Polismyndigheten</i>	
Polismyndigheten Gotland	45
<i>Socialtjänst, Region Gotland</i>	
Anhörigstödet i Region Gotland	45
Familjestödsenheten	46
<i>Skola/utbildning</i>	
Gutegymnasiet	47
Skolkuratorer i högstadiet och gymnasiet i Region Gotlands barn- och elevhälsa	48
Skolkuratorer: Föreläsning om stress i årskurs 7	49
Skolkuratorer: Föräldrautbildningen ABC-tonår	51
Skolsköterskor i högstadier och gymnasiet inom Region Gotlands barn- och elevhälsa	52
Solbergaskolan	52
Solbergaskolan: Mobilfri skoldag	54

Studie- och yrkesvägledning i högstadiet inom Region Gotlands skolor	55
Studie- och yrkesvägledare (SYV) på Wisbygymnasiet.....	56
Elevhälsoteam i högstadiet och gymnasiet inom skolor som drivs av Region Gotland	57
Vuxenutbildningen: Kurator	58
Vuxenutbildningen: UngVux.....	59
Wisbygymnasiet: Hållbar hälsa	60
Wisbygymnasiet: Relationsskapande inom mentorskapet	61
<i>Ungdomsavdelningen, Region Gotland</i>	
Ungdomsgård: Fenix.....	62
Ungdomsgård: Fenix Regnbågscafé	63
Ungdomsgård: Puma	64

Uppsala universitet Campus Gotland: Studenthälsan

(intervju 25-06-10)

Uppsala universitets studenthälsa på Campus Gotland är en avgiftsfri verksamhet för personer som studerar vid Uppsala universitet, som finns på Campus Gotland.

Målgrupp: Studenter inskrivna vid Uppsala universitet, både de som studerar på plats på Campus Gotland och via distans. Studenterna är 18 och äldre. Många av studenterna på Campus är mellan 18–25 år och det är många internationella studenter på Campus Gotland. De informerar om Studenthälsans verksamhet bland annat genom att berätta om den på uppstartsdagarna samt på "Arrival days" på Campus. Trots detta kan det dock vara svårt att nå ut till alla.

Beskrivning: Vid individuella samtal med kurator görs en bedömning för att se om individuella stödsamtal med kurator på studenthälsan är det som behövs. Om problematiken är känd sedan tidigare och studenten har haft tidigare kontakt med hälso- och sjukvården kan hen eventuellt få stöd att återuppta kontakten med vården. Om studenten har symtom på allvarlig psykisk ohälsa som t.ex. suicidnärhet eller psykos eller om det bedöms att hen behöver en längre tids terapi får hen hjälp att komma i kontakt med hälso- och sjukvården. Annars får studenten samtal med kuratorn på studenthälsan.

Det finns också möjlighet att vara med i olika grupper för att förbättra den psykiska hälsan. Det kan vara grupp för studenter som har liknande problematik, till exempel att de skjuter upp saker så att de får problem med stress och dålig självkänsla, så kallat uppskjutande beteenden. Det kan även vara att delta i Dans för hälsa som ordnad i samverkan med kulturenheten inom Region Gotland som kravlös rörelse till musik för att är en insats för att stärka psykiskt välbefinnande hos unga (se även insatsen Dans för hälsa). De gör också olika evenemang, som föreläsningar.

Under hösten 2024 tillsatte Uppsala universitet en person som ska arbeta med studentidrott, som har viss begränsad tid för arbete mot Campus Gotland.

Vad de vill uppnå: Syftet är att stödja studenter så att de kan vända sig till studenthälsan när de stöter på utmaningar, problem eller svårigheter så att de kan få det stöd de behöver så att de kan fullfölja sina studier. Det i sig leder till att främja deras psykiska välbefinnande.

Uppföljning: En enkät görs varje termin bland de studenter som varit i kontakt med studenthälsan. De följer statistik på antal besök och antal studenter som är med på olika evenemang.

Bakomliggande logik och beslut: Enligt högskoleförordningen ska det finnas tillgång till särskilt förebyggande hälsovård som har till ändamål att främja studenternas fysiska och psykiska hälsa vid universitet och högskolor i Sverige. Behovet av studenthälsan på Gotland följs via årliga enkäter till studenterna. De har också avstämningar med studentkåren om vilka behov studenterna har av studenthälsan. De gör förändringar utifrån resultaten på de uppföljningar de gör.

Finansiering och tillgänglighet: Studenthälsan Campus Gotland är en långsiktig verksamhet som finansieras av Uppsala universitet. . et är sällan längre väntetid för att få träffa kurator än två till tre veckor.

Planerad utveckling: De arbetar med ständiga förbättringar utifrån vad studenterna tycker om verksamheten och behöver. Kommande år kommer de främst fokusera på att utveckla studentidrotten och fortsätta insatsen Dans för hälsa.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom det finns möjlighet att få personlig hjälp, vilket är positivt. Det skulle också positiv om information om studenthälsan nådde ut till alla studenter som skulle ha nytta av stöd från dem.

Uppsala universitet Campus Gotland: Universitetsbiblioteket som del av Almedalsbiblioteket (intervju 25-05-23)

Uppsala universitetsbibliotek vid Campus Gotland är ett sambibliotek med folkbiblioteket i Visby i Almedalsbiblioteket. Det finns en ingång från Campus som kräver passerkort men det går också att gå in från entrén till Almedalsbiblioteket som är öppen för alla. Det kostar inget att vara på biblioteket.

Målgrupp: Den primära målgruppen är studenter vid Uppsala universitet men biblioteket är öppet för alla. Det kommer även många som går i gymnasiet och i åttan och nian på högskolan. Det kan vara en viktig plats för unga som inte får studera hemma. Det kan dock vara svårt för unga som behöver passa busstider att stanna kvar som de önskar, så det kan hända att det är fler unga från Visby som nyttjar biblioteket. De internationella studenterna är en grupp som ofta är på biblioteket.

Beskrivning: Biblioteket har platser där man kan sitta och studera och det finns en tyst läsesal. Besökarna kan få stöd från medarbetare med till exempel sökning av litteratur men de ger också hjälp med annat efter behov och möjlighet. De kan prata med unga och uppmärksamma de som inte mår bra, som t.ex. är stressade av studierna eller har symtom på allvarig psykisk sjukdom som psykos. De har nära samverkan med studenthälsan och kopplar in dem när de ser att unga kan behöva stöd därifrån. Biblioteket rekryterar också amanuenser som är studentmedarbetare som jobbar där under tiden de studerar på Campus. De kan fånga upp t.ex. hur de unga mår.

Biblioteket jobbar för att det ska vara inkluderande och en naturlig mötesplats för alla olika människor, bl.a. genom att ha fokus på genusfrågan och att möta olika minoritetsgruppers förväntningar på att det också ska finnas saker som är relevanta för dem på biblioteket.

Vad de vill uppnå: Målet är en lugn och trygg miljö och att unga känner att det finns vuxna där som är närvarande för dem. Det fungerar också som en öppen mötesplats så att det kan uppstå möten mellan personer och leda till social gemenskap och även möjlighet att kunna träffa personer i liknande situationer. Uppföljningar visar att unga tycker att det fungerar bra på biblioteket och medarbetarna uppfattar att det är många unga som återkommer och är mycket på biblioteket.

Uppföljning: De gör specifika undersökningar och jämför dem, ställer frågor om varför man kommer, vilka tider, hur ofta, hur de tycker att det fungerar där o.s.v. för att kunna se hur vi ska ha öppet. Det kan göras t.ex. via frågor på en whiteboard eller enkla enkätfrågor vid diskarna. Sedan följer de lånestatistiken, t.ex. vilka åldersgrupper som lånar böcker och vilka tider utlåningen sker.

Bakomliggande logik och beslut: Det finns sedan länge ett beslut om att Campusbiblioteket och folkbiblioteket ska vara samlokaliserade i Visby, med båda typer av verksamhet. Mätningar av besökarnas upplevelser används för att kunna anpassa verksamheten efter behov.

Tillgänglighet: Det är oftast öppet vardagar mellan 10 och 18 samt dagtid på helger.

Planerad utveckling: Det har diskuterats, men ännu inte beslutats, att genomföra en aktivitet under julhelgen för internationella studenter som kan bli ensamma. Ett exempel är "Night at the Library".

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Bedömningen är att verksamheten har möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande när den nyttjas av unga 13–24 år. Det finns ett värde i att ha en lugn plats att studera på vilket kan leda till högre betyg och mer glädje. Dock finns erfarenhet i gruppen av att det inte alltid upplevs som tyst vilket kan minska den positiva effekten. Att biblioteket vill utveckla sin verksamhet för att nå unga som är ensamma, t.ex. under julhelger är god idé som bör testas och komma igång inom en snar framtid. Sådana insatser för social gemenskap bör också erbjudas vid fler tidpunkter under året för att göra verklig skillnad för dem som annars lätt hamnar utanför.

Friskis & Svettis (intervju 25-05-19)

Friskis & Svettis är en idrottsförening erbjuder träning i gym och grupp i Visby för den som köper medlemskap och periodkort. På somrarna erbjuds gratis uteträning på flera platser på ön.

Målgrupp: Från 10 år och uppåt. Samtycke av vårdnadshavare krävs för den som är under 16 år. Från 10 år kan man träna i gym och gruppträning tillsammans med en vuxen. Från 13 år får man träna själv.

De upplever att det är många unga som tränar hos dem och att det är jämnt fördelat mellan ungdomar i högstadie- och gymnasieålder. Det är dock vanligare att killar tränar där än att tjejer gör det.

Beskrivning: I gymmet tränar man själv men det finns möjlighet att få stöd av tränare ute i gymmet som finns till hands för frågor. Sedan finns olika gruppträningspass.

De vill att Friskis & Svettis ska vara ett ställe där man som ung kan känna sig välkommen och att de inte är dömande, utan att man är välkommen precis som man är.

Medlemskap kostar 100 kronor per år. Sen köper man periodkort för en månad, sex månader eller tolv månader. Det billigaste ordinarie månadsavgiften är 175 kronor per månad om man sig till ett år. Det är billigare för personer i åldrarna 10–20 år. De strävar efter att hålla ner ungdomspriserna för att även den med sämre ekonomiska förutsättningar i familjen ska kunna träna.

Vad de vill uppnå: De vill få människor i rörelse för att etablera en vana som ger välmående på sikt. För unga är det att få dem att börja träna och uppleva rörelseglädje så tidigt som möjligt. Genom att röra sig lär man känna sin kropp och fysisk aktivitet leder till välmående och är bra för hela samhället.

Uppföljning: De följer antal medlemmar men mäter inte hur träningen påverkar personernas mående. Men de skulle vilja mäta effekten av träningen också.

Bakomliggande logik och beslut: Friskis & Svettis finns i hela Sverige och där har beslut tagits att sänka åldersgränsen för att träna själv till 13 år. Deras idé är lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla.

Finansiering och tillgänglighet: Den som tränar där betalar för det. Vissa tider kan det vara lite mer trångt men de har inte behövt säga stopp till någon ur en säkerhets eller utrymningsaspekt

Planerad utveckling: De önskar att kunna öppna en till anläggning. De vill fortsätta att utveckla träningen över lag också. De vill göra gymmet mer attraktivt för unga eftersom de flesta unga som tränar hos dem använder gymmet.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom träning i gym gör att man mår bättre. Att verksamheten har tankar på att expandera så att flera ungdomar kan få möjlighet att träna kommer kunna bidra till att stärka det psykiska välbefinnandet bland unga och också öka intresset hos unga att träna.

Friskis & Svettis: Samverkan med Wisbygymnasiet i projektet hållbar hälsa (intervju 25-05-19)

Genom samverkan med Wisbygymnasiet i projektet Hållbar hälsa får utvalda elever på Wisbygymnasiet träna på Friskis & Svettis under tre månader utan att det kostar dem något.

Målgrupp: Elever på Wisbygymnasiet som valts ut via elevhälsteamet och rektor som inte är aktiv inom föreningslivet och som har få sociala kontakter. De kan t.ex. vara nyinflyttade.

Beskrivning: Eleverna får träna utan kostnad på Friskis & Svettis under tre månader. De har möjlighet att träna måndag till fredag och så finns en medarbetare från Friskis & Svettis på plats för att svara på frågor eller hjälpa till att boka in tid för instruktioner. Ett alternativ kan vara att promenera tillsammans ute. Det är flexibelt utifrån de personer som är med i insatsen.

Vad de vill uppnå: De vill få de unga att komma igång med rörelse för att stärka mående och självkänsla. Det uppnås genom goda effekter av träningen och leder förhoppningsvis till fortsatt träning och att man träffar nya vänner.

Uppföljning: Ungdomarna som är med skriver dagbok om hur det känns att träna och om de märker någon skillnad så att de själva har koll på vad som händer med dem själva. Resultatet följs upp individuellt av ungdomen och medarbetare från Friskis & Svettis och skolan. Resultatet har varit positivt för ungdomarna.

Bakomliggande logik, beslut och finansiering: På Wisbygymnasiet genomförs ett treårigt projekt "Hållbar Hälsa" tillsammans RF-SISU genom finansiering från Europeiska Socialfonden (ESF). Inom projektet används en del av medlen till den här insatsen så att Friskis & Svettis får betalt via projektet. Verksamhetschefen på Friskis & Svettis tog beslutet om att ta in detta uppdrag.

Tillgänglighet: Det är cirka 4-5 ungdomar per termin.

Planerad utveckling: Projektet tar slut under 2026 men förhoppningen från Friskis & Svettis är att de ska fortsätta uppdrag med detta men det beror på om det får vidare uppdrag av skolan i detta.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande i hög grad. Men det är få ungdomar som får del av den och fler elever skulle behöva erbjudas den. Det skulle behövas på fler skolor. Gratis träning skulle behöva erbjudas under en längre period för de som inte har möjlighet att köpa träningskort.

Gotlands schackförbund (intervju 25-05-20)

Gotlands schackförbund samlar Gotlands schackklubbar som finns i Visby, Hemse och Burgsvik och i skolschackklubbar på flera skolor, till exempel på Högbyskolan, Romaskolan och Väskinde skola. Gotlands schackförbund får bidrag via myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (MUCF) för verksamheten i skolschackklubbarna så det är avgiftsfritt att vara med i Skolschackklubbarna. I övrigt betalas en föreningsavgift för att vara med.

Målgrupp: Det finns ingen speciell åldersgräns för att vara med. Verksamheten når många olika typer av unga. De når t.ex. både ungdomar som även utöver olika idrotter och unga som har lite svårare för socialt umgänge.

Ungefär 70 procent av medlemmarna är skolelever. Cirka 30–35 procent är tjejer/kvinnor. Det finns egentligen inget skäl till att det skulle behöva vara så att det är färre tjejer men det beror troligen på att det traditionellt varit väldigt mycket män som spelat schack. De vill gärna ha fler tjejer/kvinnor som medlemmar och tror det kan stimuleras av att visa upp kvinnliga förebilder, att ge mer positiv feedback till tjejer/kvinnor och kanske även genom speciella evenemang.

Beskrivning: I Visby finns specifika tider för juniorträning med unga upp i gymnasieåldrarna. I Hemse anordnas speciella juniortävlingar. Klubbarna gör utflykter och har t.ex. spelat schack i Lummelundagrottorna och på Hemsebadet och anordnar och åker på tävlingar.

Från Hemse schackklubb åker en medlem ut till skolor på södra Gotland och träffar elever en gång i veckan. Gotlands schackförbund stödjer bildandet av Skolschackklubbar där en person åker ut och introducerar schack i skolan och lämnar ett antal schackspel och kan sedan stötta med att komma till klubben efter behov. De hjälper till att t.ex. ordna turneringar i skolorna, t.ex. på Wisbygymnasiet.

Vad de vill uppnå: De vill att de unga ska uppleva trivsel, trygghet och ha kul i deras verksamhet. De tror att det bidrar till psykiskt välbefinnande genom social samvaro och gemenskap. De får dessutom ett nytt fritidsintresse och får träna strategiskt tänkande och god sportslig anda. De har sett flera exempel på när unga som haft svårt för sociala sammanhang och svårt att ta för sig har växt och fungerat bättre socialt genom att de varit med i schackklubbens verksamhet. De har också sett exempel på unga som börjat prestera bättre i skolan.

Uppföljning: De följer antal medlemmar. När de sökt och fått pengar från RF-SISU i projekt har de följt upp hur verksamheten arbetat bland annat med föreningsdemokrati och olika värderingsfrågor: men de gör inte uppföljning på effekten för individer av att vara med i verksamheten.

Bakomliggande logik och beslut: De håller koll på behovet av verksamheten genom att prata med ungdomar och föräldrar och lärare.

Tillgänglighet: Det är ingen kö för att komma med i schackklubbarna.

Planerad utveckling: Att utveckla sommarverksamheten för unga, exempelvis med läger. De har även planer på att utveckla arbetet med olika lärgrupper, det vill säga som en studiecirkel med vissa teman.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att främja psykiskt välbefinnande, särskilt genom att stärka självförtroendet och stimulera kognitiv utveckling. Schack är en aktivitet där man får utvecklas på egna villkor och känna sig smart, något som kan ha stor betydelse för den personliga utvecklingen och bidra till att stärka det psykiska välbefinnandet. Initiativ som schack på skoltid och i form av utflykter är särskilt positivt. Att schack borde nå fler unga- inte minst tjejer som idag är underrepresenterade är en fortsatt viktig utveckling för att ökad inkludering och en positiv påverkan för fler unga.

Leader Gute är en ideell förening som arbetar med landsbygdsutveckling enligt EU:s Leader-metod där personer på landsbygderna involveras aktivt i utvecklingsarbetet. Sedan våren 2025 kan unga söka medel för miniprojekt (max 24 000 kr) för utvecklingsinsatser på Gotlands landsbygder.

Målgrupp: Unga som vill bidra till utvecklingen av Gotlands landsbygder. De har två ministöd som riktar sig till unga upp till 25 år respektive till unga upp till 30 år. Ministöden lanserades våren 2025 och behöver spridas mer till unga. Unga upp till 25 år kan även delta i den unga beslutskommittén, som fattar beslut om stöden och som rekryteras via annonsering.

Beskrivning: Unga kan söka projektstöd via en förening med organisationsnummer, eftersom medel inte delas ut i förskott enligt statliga riktlinjer. Ansökan är kostnadsfri. Två ministöd finns:

- **Ung fritid:** För att utveckla befintliga mötesplatser, t.ex. genom materialinköp, kurser eller evenemang. Projekten ska ledas av unga under 25 år.
- **Ung miljö:** För medskapande miljöinsatser tillsammans med barn och unga (0 till 30 år) som söks av offentliga aktörer och ideella aktörer.

En ung beslutskommitté med sju unga fattar beslut om ministöden utifrån Leader Gutes kriterier. De får arvode och byts ut årligen. Två styrelseledamöter från Leader Gute deltar i beslutsprocessen som stöd till kommittén, som har beslutsmöten sex gånger per år.

Vad de vill uppnå: Leader Gute vill skapa en levande landsbygd genom att unga själva initierar och beslutar om projekt. Målet är att främja mötesplatser, meningsfull fritid och miljöinsatser. De vill också visa hur unga kan inkluderas och engagemang tas tillvara, särskilt inom ideella organisationer.

Uppföljning: Eftersom ministöden är nya har ingen utvärdering gjorts ännu. Efter varje projekt kommer en slutrapport att lämnas med fokus på resultat, likabehandling, jämställdhet och miljöpåverkan. Efter varje programperiod utvärderas vilka som fått stöd och om de nått målen för de indikatorer som satts upp. Även den unga beslutskommittén kommer att utvärdera hur deras eget arbete fungerat, t.ex. deras egna upplevelser av det och hur det gått med deras förbättringsförslag.

Bakomliggande logik och beslut: Verksamheten bygger på behovet av att utveckla Gotlands landsbygder, och Leader Gutes arbete för detta, samt behovet att aktivt inkludera unga i utvecklingen. Ett "underifrån-perspektiv" är centralt genom att unga själva ska komma med idéer och förverkliga dem. Beslut om projektmedel tas av den unga beslutskommittén. Medlen som delas ut baseras på Leader Gutes utvecklingsstrategi, som gäller under den aktuella programperioden (2023–2027). Förbättringar görs utifrån projektuppföljning och kommitténs erfarenheter.

Finansiering och tillgänglighet: Leader Gute finansieras av Region Gotland och EU-medel via Jordbruksverket. Statliga medel styrs av Jordbruksverkets riktlinjer, till exempel krav på godkänd utvecklingsstrategi. Beslut fattas om utdelning av pengar till miniprojekten sex gånger per år. Totalt finns 400 000 kr för ministöden under programperioden, vilket räcker till 17 projekt. När potten är slut beviljas inga fler projekt.

Planerad utveckling: De vill utveckla stödet utveckla på utvärderingar och även från erfarenheter i projektet *Ung livskraft i samverkan*.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande eftersom det ofta är mer aktiviteter för unga i Visby och det därmed är lätt att unga på landsbygden glöms bort. Att synas mer för unga och ytterligare samarbete med andra aktörer skulle kunna bidra positivt. En begränsning är att pengarna för ministöden kanske inte räcker till alla projekt unga önskar göra under en programperiod på åtta år.

Leader Gute: Projektet Ung livskraft i samverkan

(intervju 25-06-17)

Projektet Ung livskraft i samverkan är ett treårigt projekt med medel från Allmänna arvsfonden, med start 2025. Det drivs av Leader Gute som är en ideell förening som arbetar med landsbygdsutveckling enligt EU:s Leader-metod.

Målgrupp: Huvudmålgruppen är unga 12–25 år, med personer 65+ som sekundär målgrupp.

Beskrivning: Målet är att ta fram en samverkansmodell för ungas inkludering i landsbygdsutveckling. Modellen består just nu av:

- 1) *Ung aktionsgrupp:* Sex unga (12–25 år) som styr och planerar projektet, och leder nätverksträffar.
- 2) *Unga nätverksträffar:* En gång per månad bjud unga in till idéverkstad om vad unga på Gotlands landsbygder vill göra. Till en början görs de i Visby men sedan även på andra platser över ön.
- 3) *Matchning av idéer från nätverksträffarna med ideella föreningar* som kan genomföra dem.
- 4) *Generationsmöten* där unga möter personer i föreningarna, ofta äldre, för att planera så kallade samverkansaktiviteter, och samtal om föreningens långsiktiga arbete för att inkludera fler unga.
- 5) *Samverkansaktiviteter* genomförs.
- 6) *Utvärdering* av samverkansaktiviteten, från unga och föreningen, om deras upplevelser och hur samverkansmodellen kan utvecklas vidare.

Under det första projektåret kommer även en kartläggning göras om hinder och möjligheter som unga upplever för deltagande i föreningar på landsbygderna.

Projektet har en referensgrupp som består av sju organisationer på Gotland, som träffas två gånger per år för att bidra med kompetens och bollplank som efterfrågas från den unga aktionsgruppen.

Vad de vill uppnå: Syftet är att utveckla Leader Gutes förmåga att inkludera unga i landsbygdsutveckling genom att ta fram en samverkansmodell som kan leva vidare efter projektets slut. De vill även stärka föreningars kapacitet att inkludera unga i deras verksamheter på landsbygderna. Indirekt är syftet också att skapa en meningsfull fritid för unga på Gotlands landsbygder. Unga får också möjlighet att utvecklas som ledare och möjlighet att växa tillsammans med varandra genom att organisera olika aktiviteter.

Uppföljning: Utvärdering sker efter varje samverkansaktivitet. Samverkansmetoden följs upp och förbättras löpande, och en övergripande utvärdering görs under projektår tre.

Bakomliggande logik och beslut: Projektet pågår 2025–2027 och bygger på ett identifierat behov av att inkludera unga i utvecklingen av Gotlands landsbygder. Leader Gute vill skapa en strategisk förflyttning där unga får ta del av landsbygdens resurser. Projektet bygger vidare på pilotprojektet *Ung livskraft* (2024), där unga deltog i referensgrupper för att identifiera behov och lösningar. Leader Gotlands styrelse står bakom projektet. Det har beviljats medel från Allmänna arvsfonden.

Det finns flera olika Leader-föreningar som med liknande projekt, dock inget som är exakt likadant, som de kan hämta inspiration och vissa metoder från. Det är t.ex. projektet Youth Up North i Norrbotten och Västerbotten, som jobbar ganska liknande men med syfte att belysa maktperspektivet mellan unga och äldre.

Planerad utveckling: Efter projektets slut vill de fortsätta arbeta med inkludering av unga i landsbygdsutvecklingen, utifrån de behov och förutsättningar som finns då.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande eftersom det skapar gemenskap mening och möjlighet att ta ansvar bland unga på landsbygderna. Det är bra om de kan tänka mer långsiktigt än projektets tre år.

P18:s idrottsklubb (intervju 25-08-28)

P18:s idrottsklubb är en fotbollsklubb i Visby.

Målgrupp: Flickor och kvinnor. De når mest de som bor i eller nära Visby. De når också ganska många tjejer med invandrarbakgrund.

Beskrivning: I klubben spelar flickor och kvinnor fotboll. För unga flickor upp till sju år har de något som heter UEFA Playmakers, ett koncept som finns i hela Europa, genom att använda Disneyfigurer och berättande. Det görs för att locka flickor till fotbollen och för att stärka deras självkänsla och självförtroende. För äldre flickor och kvinnors har de hittills inte gjort arbete med specifikt fokus på att t.ex. stärka deras självkänsla. De planerar nu ett projekt där de sökt pengar från allmänna arvsfonden för målgruppen tjejer 13–25 år; "P18 bygger starka tjejer inifrån och ut". I projektet vill de arbeta med tjejers självkänsla och självledarskap. De vill också öka medvetenheten och motverka tjejers utsatthet som våld i nära relation, destruktiva normer, kroppsideal, och utsatthet på nätet.

De gör olika aktiviteter för att visa upp sig för målgrupper som inte söker sig till den själva, t.ex. har de haft "prova på" i Gråbo och Bingeby i Visby.

Vad de vill uppnå: De vill att de unga som är med ska få spela fotboll, och därmed tillhöra ett sammanhang så det kan bidra till att de mår bra och kan fungera bättre tillsammans med andra även i andra miljöer som t.ex. i skolan. Det gäller dock att även se och motverka de risker som kan finnas för spelarnas hälsa, t.ex. konkurrenssituationer och hets kring prestation och kroppsideal.

Uppföljning: De gör ingen uppföljning om vad deltagarna tycker om verksamheten och hur de mår.

Bakomliggande logik och beslut: De är en idrottsklubb med lång tradition och har fokus på fotboll. De ser dock ett behov av att också fokusera på spelarnas mående och funktionsförmåga eftersom de ser att förekomsten av dåligt mående, neuropsykiatriska funktionsnedsättningar och våld i nära relation som finns i samhället även förekommer bland de unga de möter i sin verksamhet.

De ska starta ett spelarråd där spelare från alla lag får representeras för att öka delaktigheten.

Tillgänglighet: För att vara med behöver man betala en deltagaravgift, som klubben försöker hålla nere så mycket de kan. Äldre flickor och kvinnor behöver ha rätt utrustning för att kunna vara med, t.ex. fotbollsskor. För de som saknar ekonomiska resurser för det finns Kompisfonden där deltagarna kan söka ekonomiskt bidrag för t.ex. utrustning och deltagaravgift för läger.

Det är ringen kö för att vara med. Man får börja som ungdom utan att ha spelat fotboll tidigare men det brukar vara svårt att få det att fungera väl eftersom man då börjar i ett lag där de andra spelat tidigare. Det finns idag inte nybörjargrupper för ungdomar. För de kvinnor och äldre flickor som inte vill fortsätta en aktiv satsning med matcher finns det inte heller någon grupp att fortsätta i som har lägre krav på prestation.

Planerad utveckling: De hoppas få pengar från Allmänna arvsfonden för sitt projekt att stärka tjejer. De vill också hitta möjligheter att spela fotboll för kvinnor och äldre tjejer och som inte längre vill spela med krav på att prestera. De har inte hittat något bra sätt ännu och funderar på om de kan samarbeta med andra föreningar om detta.

De har en plan för att rekrytera fler ledare och att ta in fler yngre ledare från cirka 16 år.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt. Det är särskilt bra att det vill utveckla ett spelarråd och att de har planer på ett projekt för att stärka självkänsla och självförtroende och motverka våld i nära relationer. Det vore bra om de kunde ha grupper för ungdomar som vill börja spela fotboll och för de som spelat länge och vill fortsätta spela för att det är kul men inte utan krav på prestation. Det är även viktigt att unga vet om att verksamheten finns, t.ex. att information finns på sociala medier.

P18:s idrottsklubb: Rörelsepass på Guteskolan (intervju 25-08-28)

P18s idrottsklubb har ett uppdrag att hålla i rörelsepass för högstadieelever på Guteskolan.

Målgrupp: Elever i årskurs 7–9 på Guteskolan.

Beskrivning: Två dagar i veckan, under cirka 45 minuter, är det obligatorisk rörelse för eleverna.

Rörelsepassen hålls av en person från P18s fotbollsklubb och är inte bara inriktade på fotboll.

Vad de vill uppnå: De vill få ungdomar att röra sig mer under skoldagen och att de ska hitta glädjen i att röra sig. De vill också visa på att fotboll kan vara kul och att aktiviteten på skoltid kan vara en brygga över till att man senare provar på det i en klubb.

Uppföljning: De följer inte upp insatsen.

Bakomliggande logik och beslut: Beslut fattades om insatsen mellan Guteskolan och P18s sportchef. P18 får ersättning från skolan för att de håller i rörelsepass på skolan.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt men det är viktigt att insatsen anpassas efter elevernas vilja och behov. Fler idrottsföreningar skulle kunna vara ute på skolor i liknande insatser. Och det vore bra om idrottsföreningarna var ute på skolorna också för att låta eleverna prova på deras aktivitet.

RF-SUSU är en ideell organisation som företräder 188 idrottsföreningar på Gotland, varva 107 av dem har barn och ungdomsverksamhet, över hela Gotland. RF-SISU är en av Riksidrottsförbundets och SISU Idrotts-utbildarnas 19 regionala organisationer.

Målgrupp: Gotlands idrottsföreningar och därmed indirekt unga i alla åldrar.

Beskrivning: RF-SISU har två uppdrag: ett idrottsuppdrag och ett folkbildningsuppdrag. De erbjuder föreläsningar och metoder/verktyg till föreningar, och stöttar även med insatser vid specifika problem. De hjälper föreningar att hitta finansiering för insatser.

Exempel på insatser är **killmiddagar**, ett koncept från Make Equal där killar samtalar om känslor och normer. Det är gratis att använda och syftar till att främja jämställdhet. De arbetar också med **ungas psykiska hälsa**, bl.a. genom nätverk, föreläsningar och teater kring ätstörningar. De sprider även e-utbildningen *Ledare som lyssnar* från Folkhälsomyndigheten som handlar om psykisk hälsa för den som leder barn och unga på fritiden. Vidare arbetar de med att **förebygga våld i nära relationer**. Tidigare var de med i projektet Södra Gotland som gjordes i samverkan med Region Gotland, med syfte att genom samverkan i hela samhället öka uppmärksamheten och motverkandet av mäns våld mot kvinnor. De fortsätter arbetet nu efteråt också och har tagit fram kortfilmer för att öka kunskapen om våld, som de sprider bl.a. till idrottsföreningarna. De sprider också kunskap till föreningarna om **diskrimineringsgrunderna** och arbetar specifikt med **HBQI-frågor**.

Vad de vill uppnå: Målet är att stödja idrottsföreningar så att unga kan delta i idrottsverksamheter där de känner sig välkomna, inkluderade och trygga, vilket bidrar till psykiskt välbefinnande på sikt.

Uppföljning: De följer statistik över aktiviteter och utvärderar insatser för att förbättra arbetet kontinuerligt.

Bakomliggande logik och beslut: Arbetet utgår ifrån den nationella idrottsrörelsens mål om trygg och inkluderande idrott för alla, oavsett kön, funktionsförmåga, sexuell läggning eller etnicitet. Arbetet relaterar också till Gotlands regionala mål om att alla ska röra sig en timme om dagen.

Insatser och metoder de erbjuder föreningarna utgår från föreningarnas behov, men också från förekomst av samhällsproblem som ungas psykiska ohälsa och samhällets prestationsfokus. De följer forskning och rapporter, t.ex. om ungas mående. Styrelsen beslutar om strategisk inriktning, medan medarbetarna planerar insatser. Ledningsgruppen beslutar vid budgetfrågor inom verksamhetens ram.

Styrelsen har nyligen beslutat att RF-SISU ska ta fram ett strukturerat sätt att involvera unga i arbetet med verksamhetsplanen.

Finansiering: RF-SISU får bidrag från staten och Region Gotland men behöver även lägga till drygt 50 procent i egen finansiering och de är därför aktiva med att söka andra medel för t.ex. projekt.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande eftersom de företräder ett stort antal idrottsföreningar inom idrott och motion. Organisationen känns förtroendeingivande då de arbetar med viktiga frågor som våld i nära relation och försöker få fler pojkar och män att prata om känslor. Killmiddagarna bedöms vara mycket positiv men det vore bra med utvärdering av dem. Det vore även bra om det kan utvidgas för andra målgrupper också så det når fler personer, t.ex. tjejmiddagar och hbtqi-middagar. Det är bra att de ska involvera unga mer i planeringen av sin verksamhet. De skulle dock kunna utvecklas än mer genom att ta in systematisk feedback från unga.

RSHM Gotland är en lokalförening under Riksförbundet för Social och Mental hälsa i Sverige, som arbetar för att ingen ska behöva uppleva ofrivillig ensamhet till följd av psykisk ohälsa, så att alla ska kunna leva sina liv på lika villkor, oavsett hur man mår.

Målgrupp: De finns till för alla oavsett ålder och för familjer. Det innebär att unga i alla åldrar kan komma på deras möten och aktiviteter. Personer från 18 år kan få besök när de vårdas inom psykiatrins slutenvård. De kan också möta föräldrar till unga.

De har svårt att nå unga och de når fler föräldrar än unga själva.

Beskrivning: De har möten med olika program varje måndagskväll då de t.ex. har kafékvällar, föreläsningar, gör luffarslöjd eller har bingo/musikbingo. De har också en självhjälpgrupp på torsdagskvällar då man kan prata om allt med andra som har egen erfarenhet av att inte ha mått så bra.

Just nu har de samarbete med sportfiskarna, i ett projekt för alla åldrar, även ungdomar.

Någon från RSMH kan också göra besök hos en person som vårdas inneliggande på psykiatri om hen har önskat besök av dem.

Vad de vill uppnå: De vill motverka ofrivillig ensamhet till följd av psykisk ohälsa, så att alla ska kunna leva sina liv på lika villkor, oavsett hur man mår. Det görs genom att skapa mötesplatser där man både får social samvaro och kan få prata med andra om hur man mår.

Uppföljning: De följer statistik på ur många som är medlemmar och hur många som kommer på deras möten och aktiviteter.

Bakomliggande logik och beslut: De är en lokalförening under Riksförbundet för Social och Mental hälsa i Sverige.

Finansiering och tillgänglighet: Verksamheten är ideell och de är beroende av att få ekonomiskt stöd från bland annat riksförbundet.

De är tillgängliga på telefon och Facebook och sprider information på Almedalsveckan men de behöver nå ut till fler unga med informationen om att de finns.

Man behöver inte vara medlem för att ha kontakt med dem men om man deltar regelbundet i möten och aktiviteter önskar de att man bli medlem, vilket kostar 100 kronor per år.

Deras verksamhet är inte digital utan de träffas fysiskt, vilket de ser som en möjlig orsak till att de har svårt att nå unga.

Planerad utveckling: De kommer att ta hjälp från riksförbundet som kommer hit till Gotland för att stödja dem. De hoppas också på att den planerade uppstarten av en lokal organisation på Gotland för Nationell samverkan för psykisk hälsa (NSPH) kan hjälpa dem att stärka sin förening. NSPH Gotland kommer att samla flera lokalföreningar på Gotland så att de kommer kunna samarbeta.

RSMH planerar också att göra informationssatsning på Campus Gotland

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande men det förutsätter att de når unga i sin verksamhet. Idag är det få unga som har kontakt med verksamheten och det vore betydelsefullt om de kan nå fler. Verksamheten skulle t.ex. kunna utvecklas än mer om den gick samman med andra verksamheter då det skulle ge dem mer resurser och större utrymme att växa. De skulle också kunna prata om verksamheten på sätt som minskar känslan av stigmatisering, t.ex. att de marknadsför sig som en förening som står för god social samvaro istället för att säga att syftet är att bryta ensamhet.

Röda Korset: Mötesplatser (intervju 25-10-08)

Mötesplatser vid Röda Korset på Gotland finns i form av caféverksamhet, öppna mötesplatser på vissa tider och genom gruppverksamhet riktad till olika grupper, i Fårösund, Slite, Visby, Roma, Klintehamn, Hemse.

Målgrupp: Personer i alla åldra. De upplever att de inte når unga i lika hög grad som de når äldre.

Beskrivning: Vid Röda korsets åtta punkter över ön går det att komma in och dricka kaffe men kaféverksamhet drivs i Fårösund, Slite, Visby på Gråbo Torg och Norra Hansegatan och i Klintehamn. Vid vissa av punkterna är det öppet för möten och grupper vid vissa tider, exempelvis öppen mötesplats på Gråbo Torg, soppkväll i Visby och småbarnscafé för unga vuxna föräldrar i Klintehamn. Andra exempel är avgiftsfri grupp för teater och musik för unga i Visby, i samverkan med kulturskolan som även finansierar gruppen och träffar för unga personer i Hemse som riskerar att hamna i olika typer av utanförskap, vilket anordnas av kyrkan. Röda Korset ha även verksamhet från många olika organisationer i deras lokaler, t.ex. Studieförbundet vuxenskolan, DBF- Demokratin för barns rättigheter, Rädda barnen, IOGT-NTO och Gotlands schackförbund.

Vad de vill uppnå: De vill uppnå välbefinnande genom att skapa sociala sammanhang som man växer av att vara i.

Uppföljning: De gör kvartalsuppföljningar till Svenska Röda Korset där de bland annat rapporterar om antal besök hos dem. Men de gör inte uppföljning av effekten av besöken för de som kommer dit.

Bakomliggande logik och beslut: Att skapa mötesplatser är en av Röda Korsets grunduppgifter. De vet att den verksamheten bidrar till ökat psykiskt välbefinnande, både av erfarenhet och via forskning. De gör lokala behovsanalyser och anpassar verksamheten efter det. Ett exempel är att de just nu bedömer de att barnfattigdomen på Gotland är stor samtidigt som föräldrar har svårt att hinna med att laga mat. Därför har de börjat med soppkvällar i Visby på Norra Hansegatan, genom ett samarbete där gymnasiets kockutbildning lagar mat av svinprodukter som Röda Korset "raggar fram".

Finansiering och tillgänglighet: Verksamheten finansieras via deras egen secondhandförsäljning. Till följd av pandemin och den ekonomiska situationen i samhället har försäljningen dock gått ner så intäkterna blivit mindre och de fått varsla anställda. De söker också bidrag från olika håll, tex för att finansiera projekt men de hade önskat en mer långsiktighet i finansieringen.

Planerad utveckling: De har diskussioner med Gotlands stadsmission om hur de kan nå fler unga genom samverkan. De har många idéer men de begränsas av begränsad finansiering. De skulle kunna ha mer verksamhet i sina lokaler, bland annat i syverkstad, om de hade möjlighet att hinna ge stöttning till t.ex. unga som skulle kunna driva olika grupper själva, hos dem, om de fick lite coachning.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom många nås av insatsen och mötesplatserna finns över ön. De är en trygg plats utan krav. Det är bra att planer finns på att utveckla mötesplatserna i samverkan med Gotlands stadsmission. Det vore också bra om andra aktörer kan gå in med finansiering så att de kan utveckla mer verksamheter i lokalerna, till exempel genom att kunna handleda unga att ha verksamhet där. För att nå ut till fler unga skulle de också kunna samverka med ungdomsgårdarna.

Röda Korset: Stöd till marginaliserade grupper

(intervju 25-10-08)

Röda Korset Gotland ger stöd till personer som tillhör marginaliserade grupper i samhället utifrån ett Idéburet offentligt partnerskap (IOP) med Region Gotland.

Målgrupp: Personer i alla åldrar som tillhör sårbara grupper i samhället, t.ex. flyktingar, papperslösa och personer i utsatt ekonomiskt läge. De möter unga i dessa utsatta grupper och deras föräldrar. Exempel på unga i ekonomiskt utsatt läge är de som lämnat en familj med missbruk eller som på grund av psykiska ohälsa inte längre lever i sin kärnfamilj eller unga som flyttat hemifrån men inte har ett nytt hem. På öppen mötesplats på Gråbo, två gånger i veckan, möter de många unga som inte går i skolan.

Beskrivning: De gör flera olika insatser, bland annat:

- Öppen mötesplats på Gråbo Torg två gånger i veckan.
- Stödjande samtal för att minska psykisk ohälsa och skapa trygghet.
- Stöd till personer i svår ekonomisk situation genom att de först har samtal med dem och de ger t.ex. hjälp med var de kan söka hjälp. Sedan delar de ut nödkassar (med en påse ris, bönor, tandborste, tandkräm) och klädkuponger till deras secondhandbutiker.
- Stöd i praktiska frågor, t.ex. hjälp för att hitta bostad och hjälp med att fylla i papper och ha kontakt med myndigheter.

Insatserna görs av Röda Korsets frivilliga som är grundläggande utbildning från Röda Korset om mänskligt stöd.

Vad de vill uppnå: Enligt partnerskapet med Region Gotland är målet att Röda Korset ger stöd till personer som tillhör marginaliserade grupper och särskilt till personer som befinner sig i asylprocesser, har uppehållstillståndsrelaterade utmaningar eller där avvisningar inte kunnat verkställas. De ska också motverka samhälleligt utanförskap genom att erbjuda samordnat stöd till socioekonomiskt utsatta individer och familjer. De ser själva att detta i sin tur kommer att motverka prostitution, kriminalitet och illegal handel. De ser också att arbetet bidrar till att minska socialt utanförskap och ensamhet samtligt som stödet kan gör att människor känner sig sedda och mår bättre.

Uppföljning: De gör också kvartalsuppföljningar till Svenska Röda Korset, där de bland annat rapporterar om antal nödkassar de delar ut. Enligt IOP:n ska Röda Korset årligen redovisa genomförda insatser och beskriva målgruppens behov av och respons på insatserna.

Bakomliggande logik och beslut: Röda Korset och Region Gotland har gjort bedömningen att det finns personer på Gotland som tillhör marginaliserade grupper, som är i behov av att få stöd för att motverka ytterligare utanförskap, kriminalitet och psykisk ohälsa och för att främja integration och delaktighet i samhället. IOP:n är framtaget eftersom Region Gotland behöver hjälp få nanna aktör i detta arbete och Röda Korset har goda möjligheter att möta marginaliserade grupper i samhället.

Finansiering: Uppdraget är tillfälligt 2025–2028 genom att de under den tiden får pengar för uppdraget från Region Gotland genom ett Idéburet offentligt partnerskap (IOP).

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom den hjälper utsatta i samhället genom olika omständigheter. Det är särskilt bra med nödkassar och klädkuponger. Genom att annonsera mera om vad de erbjuder och kan hjälpa med så skulle insatsen förbättras och nå fler som kan få hjälp.

Röda Korset: Praktikplatser hos Röda Korset, i den mån verksamheten tillåter (intervju 25-10-08)

Röda Korset bistår ibland med praktikplatser när de får frågan och de har möjlighet att göra det inom ramen för deras ordinarie arbete. Det är praktikplatser för ungdomar i gymnasiet som behöver en praktikperiod som alternativ till studierna och till personer som är inskrivna vid arbetsförmedlingen och behöver ha praktikplats.

Målgrupp: Ungdomar i gymnasiet som behöver en praktikperiod som alternativ till studierna och till personer som är inskrivna vid arbetsförmedlingen och behöver ha praktikplats. Flera från den senare gruppen är unga i åldrarna 19-25 år.

Beskrivning: Hur praktiken läggs upp och hur lång den är beror på individens behov. Det kan handla om allt från att komma dit och dricka kaffe eller äta frukost och kanske ställa ut flaggor till att arbeta i kafé eller secondhandbutik. Ofta trappas insatsen upp över tid. Utifrån möjlighet tar de emot på alla sina punkter, d.v.s. i Fårösund, Slite, Visby (på Gråbo, Visborg och Norra Hansegatan), Roma, Klintehamn, och Hemse.

Vad de vill uppnå: De vill stärka ungas psykiska hälsa genom att de blir sedda, får vara i ett socialt sammanhang och blir efterfrågade så att deras självkänsla stärks. De ser många exempel på att detta fungerar. Tidigare när de hade ett formaliserat uppdrag med avsatta resurser för detta gjorde de uppföljningar som visade på mycket goda resultat, t.ex. vad gäller förbättrad självkänsla och i övergång till arbete.

Uppföljning: De gör ingen uppföljning eftersom de inte har detta som ett uttalat uppdrag "utan bara gör det" och inte har resurser för uppföljning.

Bakomliggande logik och beslut: Det är ingen formaliserad insats och den görs på marginalen när verksamheten tillåter och efter att de fått frågan från någon av de två gymnasieskolorna eller från någon av de privata aktörer som arbetsförmedlingen har upphandlat för arbete bl.a. med att hitta praktikplatser för personer med aktivitetsstöd. Tidigare hade Röda Korset en överenskommelse med Region Gotland och ekonomiskt stöd från dem för en handledare på 50%. Röda Korset på andra platser i Sverige tar emot för motsvarande praktikplatser. Att de ändå gör insatsen i den mån de kan beror på att de ser ett behov och vet att insatsen fungerar väl och får stor betydelse för personerna som får komma till dem.

Finansiering och tillgänglighet: De har ingen finansiering för detta och det är betydligt fler personer de får fråga om praktikplatser för än som de kan ta emot. Nu kan de i bästa fall ta emot en elev från gymnasiet per punkt (totalt 8 samtidigt) och per punkt cirka 4-5 personer som är inskrivna vid arbetsförmedlingen. De önskar att de skulle få finansiering igen från Region Gotland för 50% handledare så de kunde formalisera och säkerställa platserna och kunna ta emot fler personer.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom den stärker självkänslan genom att det är en bra plats att göra praktik på. Det vore bra om insatsen kunde bli permanent då den kunde nå ut till fler eftersom den haft positiva resultat.

Sensus studieförbund (intervju 25-11-08)

Sensus studieförbund erbjuder utbildning och kulturverksamhet inom området existentiell hållbarhet, vilket innefattar till exempel livsfrågor, rättfrihetsfrågor, existentiell och psykisk hälsa och musik.

Målgrupp: De arbetar till stor del mot sina medlemsorganisationer och samverkanspartners, som till exempel Svenska kyrkan, föreningen Shedo som arbetar kring ätstörningar och självskada, scouterna och föreningar för körer och musik. De arbetar också till viss del mot allmänheten.

Beskrivning: De ger utbildning till ledare i föreningar och organisationer som i sin tur möter bland annat unga i föreningsverksamhet och studiecirklar, utan avgift för dem. Det handlar till exempel om kunskap om normkritik, kunskap om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) och Första hjälpen till psykisk hälsa (Mental Health First Aid, MHFA). På Gotland medverkar de i att utbilda i MHFA inom bland annat Svenska kyrkan, inklusive ungdomsledare, och i allmänheten och till vissa organisationer som exempelvis RSMH (Riksförbundet för Social och Mental Hälsa). De utbildar också unga ledare som ska vara med och jobba med konfirmander för att kunna prata om svåra frågor och psykisk ohälsa.

De hjälper också till att hitta, ta fram och anpassa studiematerial till medlemsorganisationerna. De ordnar också kulturella aktiviteter och föreläsningar som är öppna för allmänheten. De är också aktiva i Gotlands nätverk för psykisk hälsa där de bland annat är med och samordnar planeringen kring suicidpreventiva dagen i september.

De gör också olika kulturverksamhet.

Kulturverksamhet, cirklar och annan folkbildning är det som det är uppdelat i de tre delarna.

Vad de vill uppnå: Deras grunduppdrag är att ge möjlighet för människor till bildning och kultur.

Uppföljning: De följer upp sitt arbete löpande, till exempel utifrån deras handlingsplaner. De gör också utvärderingar är de håller kurser och utbildningar. De följer också upp i en pågående dialog med de ledare som har pågående terminsverksamhet, om hur det fungerar och om de får det stöd de behöver och de behöver annat stöd.

Bakomliggande logik och beslut: Sensus är ett av Sveriges åtta studieförbund som arbetar med folkbildning med syfte att främja demokrati, jämlikhet, bildning och livslångt lärande. Den finansieras delvis av staten, vilket innebär att Sensus också har ett samhällsuppdrag att bidra till dessa mål. Sensus har flera medlemsorganisationer och samverkanspartners. Genom en tät dialog med dem fångar de upp behov som finns av folkbildning, kulturaktiviteter och stöd till föreningar, där Sensus kan bidra. Kring unga handlar det mycket om ämnet existentiell hälsa där de bedömer att det finns ett stort behov av kunskap och stöd i samhället.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt genom att de ger kunskap och verktyg till föreningar som träffar unga och sprider kunskap i samhället, till exempel om Första hjälpen till psykisk hälsa.

Sensus studieförbund: Meningen med mig (intervju 25-11-08)

Meningen med mig är ett studiematerial för samtal i grupp med unga för att stärka deras psykiskt välbefinnande och existentiell hälsa. Det används ännu inte på Gotland. Materialet är fritt att använda och kräver ingen särskild utbildning, men Sensus studieförbund på Gotland kan ge introduktion till ledare för att de ska känna sig trygga i att använda det.

Målgrupp: Unga 13–19 år, men det kan även anpassas för äldre ungdomar. Det passar alla typer av ungdomsgrupper, exempelvis i föreningar eller skolor, men även för grupper med särskilda behov av stöd, som unga med problematisk skolfrånvaro.

Beskrivning: Materialet handlar om känslor och meningsskapande, uppdelat i olika teman. Det kan användas i en studiecirkel med 13 träffar eller som samtalsunderlag i utvalda delar. Ledare får introduktion via Sensus studieförbund. Det är inte terapi och går inte in på individers personliga problem, utan fokuserar på samtal om känslor, mening och hur man hanterar sånt som är svårt.

Materialet är religionsneutralt och finns på svenska, finska och norska. Det ger kunskap och innehåller övningar och samtalsfrågor.

Vad de vill uppnå: Syftet är att främja barn och ungas psykiska och existentiella hälsa. Det görs genom att de får vara i ett sammanhang där de kan känna stöd av att de inte är ensamma om att till exempel känna jobbiga känslor ibland eller att vissa saker är svåra. De stärks också av att de får träna på att lyssna på och vara empatiska mot varandra. De kan också må bättre av att de får prova olika verktyg som kan hjälpa dem att må bra.

Uppföljning: Ledare som använder materialet följer upp hur det fungerar att använda det, via regelbundna träffar, och ger varandra tips på förbättringar. Sensus gör utvärdering med ledare efter att de gått introduktion. Varje ledare väljer sedan hur och om de gör uppföljning med de unga som deltar. De ledare som gör studiecirklar via Sensus ombeds dock alltid att göra utvärderingar med deltagarna.

Bakomliggande logik och beslut: Materialet togs fram utifrån ett behov av stöd till unga med psykisk ohälsa. Det utvecklades på uppdrag av Svenska kyrkan i Västerås stift av Christina Loyd, psykoterapeut och doktor i religionspsykologi och existentiell hälsa, tillsammans med unga och pedagoger. Det bygger på forskning inom känsloreglering, traumabehandling och meningsskapande. Sensus nationellt stödjer ledare och samordnar nätverk. Introduktion kan till exempel ges under en dag, kl. 10–15. En fördjupad utbildning planeras vid Sigtuna folkhögskola.

Materialet används i Sverige, Norge och Finland, bland annat av Svenska kyrkan, scouterna och kommuner. Det är gratis efter registrering och ett nationellt nätverk för ledare träffas regelbundet online.

Möjlig utveckling: Sensus Gotland vill se att fler organisationer använder materialet, med grupper ledda av exempelvis ledare i föreningar, fritidsledare, lärare eller kyrkans pedagoger. En idé är att unga som sökt Första linjens mottagning men inte bedömts behöva psykiatriskt stöd kan erbjudas plats i en grupp.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom materialet är framtaget av forskare tillsammans med unga och handlar om att prata om just sådant som påverkar psykiskt välbefinnande.

Svenska kyrkan Norra Gotlands pastorat: Konfirmation (Intervju 25-04-29)

Konfirmation i Norra Gotlands pastorat är en del av konfirmationsverksamheten på Gotland som genomförs framförallt i Väskinde församlingshus. Det kostar inget att konfirmera sig.

Målgrupp: 14–15 år (årskurs 8) som är intresserade av livsfrågor. Det går att få dispens för att göra det tidigare också och det går att vara med även om man är äldre också.

Beskrivning: Konfirmationsundervisningen utgår från Bibeln men handlar mycket om livsfrågor och inte att man måste tro på allt i Bibeln. Grupper av unga träffas antingen regelbundet över en längre tid eller intensivt under en vecka i så kallad speedkonfa. De leds av pedagoger och präst. Unga som efter sin konfirmation fått internutbildning är också med som ledare.

Vad de vill uppnå: Målet är att de ungdomar som konfirmerar sig får stärkt självkänsla och redskap för att möta olika situationer i livet. Det uppnås via att de får med sig verktyg som hjälper dem att hantera svåra situationer i livet och att de vid behov vänder sig trygga i att vända sig till kyrkan om de behöver stöd i svåra situationer. De får en del återkoppling från ungdomar flera år efter att de konfirmerat sig med berättelser om att det varit bra för dem. De ser också att unga som varit med tidigare vänder sig till dem när de har olika svårigheter. Medarbetarna kan också ibland ta initiativ till kontakt med någon ungdom som varit med hos dem när de får veta att de går igenom något svårt, för att erbjuda stöd.

Uppföljning: De mäter hur många ungdomar som är med men de har inget sätt att mäta vilken effekt det fått för ungdomar att de varit med i verksamheten. De är dock uppmärksamma på hur ungdomarna uppfattar att verksamheten fungerar och om det är något som behöver justeras, till exempel med tider och innehåll. De brukar också be ungdomarna fylla i ett utvärderingsformulär efter sin konfirmandtid.

Bakomliggande logik och beslut: Det är nationellt beslut i Svenska Kyrkan att ha konfirmation. Sedan fattas beslut lokalt i kyrkofullmäktige på Gotland varje år. De håller koll på förväntat antal konfirmander framöver och anpassar verksamheterna efter behovet.

Finansiering och tillgänglighet: Det är permanent verksamhet som finansieras av Svenska kyrkans medlemmar. De anpassar antal platser utifrån efterfrågan så att alla ska kunna vara med. Ett år när de hade stor antal sökande satte de gräns på 60 konfirmander.

Planerad utveckling: De arbetar med ständig förbättring utifrån vad ungdomarna behöver inom ramen för verksamheten.

Unga medforskarnas värdering av insatsen konfirmation vid Visby stifts norra pastorat

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom det öppnar nya vägar för kultur, nya vänner och kontakt med andra vuxna. Insatsen är bra som den är planerad. En risk är dock att det inte blir bra för den som blir tvingad av sina föräldrar.

Svenska kyrkan Norra Gotlands pastorat: Ungdomsgrupp (intervju 25-04-29)

Ungdomsgruppen i Norra Gotlands pastorat är en kostnadsfri ungdomsverksamhet i Väskinde församlingshus där unga träffas tillsammans med pedagoger för att umgås utan krav på prestation.

Målgrupp: Ungdomar från 13 år och uppåt. Det är dock svårt att nå 13-åringarna. Idag har de ungdomar med som är upp till 22 år men det är öppet även för äldre unga. Man behöver inte vara konfirmerad för att vara med men det är mest gamla konfirmander som är med.

Beskrivning: En grupp ungdomar träffas tillsammans med kyrkans pedagoger. Ungdomsgrupper finns inte i alla pastorat bland annat på grund av vilket underlag av unga som finns och resurser, det finns exempelvis inte på Sudret eftersom många unga där går i gymnasiet i Visby.

Mål och effekt: Målet är att de ungdomar som är med i ungdomsgruppen får stärkt självkänsla och redskap för att möta olika situationer i livet. Det uppnås via att de får med sig verktyg som hjälper dem att hantera svåra situationer i livet och att de vid behov vänder sig trygga i att vända sig till kyrkan om de behöver stöd i svåra situationer. De får en del återkoppling från ungdomar flera år efter att varit med i ungdomsverksamheten med berättelser om att det varit bra för dem. De ser också att unga som varit med tidigare vänder sig till dem när de har olika svårigheter. Medarbetarna kan också ibland ta initiativ till kontakt med någon ungdom som varit med hos dem när de får veta att de går igenom något svårt, för att erbjuda stöd.

Uppföljning: De mäter hur många ungdomar som är med men de har inget sätt att mäta vilken effekt det fått för ungdomar att de varit med i verksamheten. De är dock uppmärksamma på hur ungdomarna uppfattar att verksamheten fungerar och om det är något som behöver justeras, till exempel med tider och innehåll. Men de gör ingen regelbunden strukturerad uppföljning.

Bakomliggande logik och beslut: Från början uppfattade medarbetare i ungdomsverksamheten i Visby norra pastorat att de fanns ett behov av en mötesplats för unga som bor till exempel i Väskinde och Lummeluna, som alternativ till att vara på ungdomsgård i Visby som en trygg plats för social samvaro utan krav på prestation. De följer behovet av verksamheten genom antalet unga som kommer till verksamheten, regionala rapporter om ungas levnadsförhållanden och psykiska hälsa och spaning nationellt och genom att ha koll på populärkulturen bland unga.

Beslut om start av verksamheten togs av kyrkofullmäktige på Gotland och uppdateras varje år.

Finansiering och tillgänglighet: Det är en permanent verksamhet i Visby stifts norra pastorat som finansieras av Svenska kyrkans medlemmar. Det finns även på andra platser på Gotland men inte över hela ön.

Planerad utveckling: De arbetar med ständig förbättring utifrån vad ungdomarna behöver inom ramen för verksamheten.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom det är positivt om man vill komma hemifrån och att man har ett ställe att vara på och att man kan ta en paus från annat. En större budget gör kanske att de hade kunnat expandera den till fler platser. Det vore bra om den blir tillgänglig för fler ungdomar.

TvåRum (Intervju 25-04-17)

TvåRum är Visby Domkyrkoförsamlings kostnadsfria mötesplats för unga i Visby för "häng" och samtal som öppnade hösten 2024. Två personer arbetar där, båda socionomer med lång erfarenhet, med roller som kurator och diakon i verksamheten.

Målgrupp: Ungdomar i gymnasiet på Gotland, studenter på Campus Gotland, förstagångsföräldrar och unga 16–29 år skrivna i Visby, oavsett tro. Unga föräldrar är en målgrupp de ännu inte nått, och samverkan med exempelvis barnavårdscentraler är ännu inte etablerad.

Beskrivning: TvåRum erbjuder ett vardagsrum för "häng" dagtid alla dagar och vissa kvällar. Unga ska också kunna träffas för aktiviteter utifrån egna önskemål. Hittills har de haft studentfrukostar, Pride-förberedelser, pysselkvällar och skolklassbesök.

Samtal sker individuellt med socionom, även utanför öppettider. Det är stödsamtal utifrån den ungas behov, utan krav på att ha ett tydligt problem. Samtalen är inte terapi för psykisk ohälsa och vid behov av det hjälper de till att slussa vidare till rätt stöd. Tid till TvåRum bokas via nätformulär, telefon eller direkt. Verksamheter som möter unga har fått information och kan hänvisa eller hjälpa dem att ta kontakt med TvåRum.

Medarbetarna kan i viss mån vara *ute bland unga i Visby*. I somras var de och var ute i Visby under studenten och vecka 29.

Vad de vill uppnå: De vill erbjuda en mötesplats med möjlighet till samtal kring livet så att de kan känna sig bättre till mods så att deras existentiella hälsa och psykiska välbefinnande därmed kan förbättras. De uppfattar att de unga de mött hittills upplever att det gör dem gott att vara där.

Uppföljning: De för enkel statistik över deras besökare. Någon regelbunden mätning görs inte än med uppföljning ska utvecklas. Under 2026 kommer Uppsala universitet göra en uppföljande studie där unga som varit hos dem kommer att intervjuas.

Finansiering och tillgänglighet: TvåRum är en permanent verksamhet, i Visby. Alla som velat ha samtal har fått möjlighet att komma senast dagen efter att de tagit kontakt.

Bakomliggande logik och beslut: En omvärldsanalys visade att unga människor på Gotland behöver någon form av utökad stöd för sin psykiska hälsa, som det är låg tröskel till. Beslut togs av Visby domkyrkoförsamlings kyrkoråd att öppna TvåRum. Någon liknande verksamhet fanns inte på Gotland innan men på fastlandet t.ex. i Norrköping.

De håller också koll på behovet hos målgruppen genom dialog med andra verksamheter som möter unga, t.ex. elevhälsan på gymnasiet, fältassistenter, ungdomsgårdarna och polisen.

Planerna för verksamheten gjordes av de två medarbetarna tillsammans med ungdomar som går i gymnasiet, i en ung styrgrupp. Arbetet inspirerades och planerades också utifrån den motsvarande verksamhet som finns i Norrköping.

Planerad utveckling: De kommer göra ständiga förbättringar för att tillgodose de ungas behov. De har en önskan och förhoppning om att de ska kunna finnas även på andra platser på Gotland.

Unga medforskarnas värdering av verksamheten TvåRum

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande i hög grad. Om unga kommer för häng som innefattar att prata med andra så kommer det troligen bidra till positivt till deras psykiskt välbefinnande. Samtalen har goda möjligheter att påverka positivt eftersom det inte är någon kö och att de erbjuder obegränsat antal samtal. Det är viktigt att det inte blir köer till samtalen när fler söker sig dit. Det vore också bra om TvåRum når ut till fler via fler kanaler och att de behöver finnas över hela ön. Det finns dock en farhåga att ungdomar inte vill gå dit då de kan uppfatta att det är en kyrklig verksamhet. En tanke är även att andra verksamheter på Gotland också skulle kunna införa stödjande samtal med låg tröskel för samtal, t.ex. på bibliotek och i ungdomsgårdarnas lokaler.

GEAB:s generella verksamhet som påverkar ungas psykiska välbefinnande handlar dels om insatser för att stärka ungas teknikintresse och dels om insatser för medarbetare (där en del är mellan cirka 20-24 år) inom företaget som är positiva för deras psykiska välbefinnande.

Målgrupp: Högstadielärover, gymnasielärover på tekniska utbildningar, och unga medarbetare på GEAB.

Beskrivning: De föreläser i högstadieskolorna om teknikområdet. På gymnasiet medverkar de i Teknikcollege inom Wisbygymnasiet, vilket innebär att teknikföretag på Gotland samarbetar med gymnasiets tekniskt inriktade utbildningar. För tjejer på gymnasiet finns projektet designdrömmar.

För sina anställda har de två timmars friskvårdstid i veckan då man på arbetstid kan göra saker man mår av, på arbetstid. De får även friskvårdsbidrag på 5000 kr/år som kan användas till fritidsaktiviteter, inte enbart inom idrott. De gör också riktade insatser mot medarbetarna vid behov, t.ex. att ta in stresscoach om de ser behov av det i arbetsgruppen. De har även en egen idrottsförening GEAB IF för personalen som bl.a. har prova-på inom olika fysiska aktiviteter och de har pingisbord i matsalen.

De har även ett tydligt jämställdhetsarbete med jämställdhetsfrukost tre gånger per termin. Då tar de in personer som föreläser och gör dilemmaövningar om dilemman som man kan ställa sig för i arbetslivet kopplat till jämställdhetsfrågor för att de ska ha en större medvetenhet och bli bättre på att behandla varandra schysst.

Uppföljning: För teknikcollege och föreläsningar följer de antal deltagare.

Friskvården följs upp med antal som gör friskvårdsaktiviteter. De följer de anställdas mående med enkäter men inte specifikt för de 20-24 år.

Vad de vill uppnå: De vill ingjuta hopp och framtidstro i unga genom att de kan se att det finns en framtid på Gotland för den som är teknikintresserad när GEAB visar upp vilka möjligheter det finns för arbete hos dem. Det kan bidra som en förutsättning för unga att stanna kvar på Gotland.

För sin anställda (inklusive unga cirka 20-24 år) vill de vara med och påverka möjligheterna för dem att ha en bra hälsa. Friskvård ses som viktigt för unga som är nya i arbetslivet och kan uppleva det som stressigt och kan leda att man blir gladare och effektivare och att det blir färre sjukskrivningar.

Bakomliggande logik och beslut: Teknikcollege är nationell satsning. Arbete med friskvård för medarbetarna utgår från att de vill att medarbetarna ska må bra och att de vill vara Gotlands attraktivaste arbetsplats.

Planerad utveckling: De jobbar för att utveckla friskvårdsinsatserna på olika sätt.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt. Unga som är teknikintresserade kan förstå att det finns en framtid inom teknik genom att de går på teknikcollege och genom föreläsningar i högstadiet om teknik. Samtidigt har GEAB också en ambition att vara Gotlands attraktivaste arbetsgivare vilket är positivt eftersom ambitionen också innefattar satsningar på friskvård och hälsofrämjande arbete som kan bidra till att främja det psykiska välmående bland anställda som är mellan 19–24 år. Att verksamheten vill fortsätta utveckla jämställdhetsarbetet och samarbeta med andra aktörer kring hälsofrågor är också positivt.

GEAB: Sponsorverksamhet riktad mot idrott och kultur för barn och ungdomar på Gotland (Intervju 25-05-27)

Sponsorverksamhet från GEAB riktad mot idrott och kultur för barn och ungdomar innebär att de sponsrar föreningar och vissa enskilda aktiviteter för barn och unga inom idrott och kultur.

Målgrupp: Föreningarna är målgruppen men indirekt är det barn och unga upp till 24 år som kan ta del av föreningarnas verksamhet.

Beskrivning: De sponsrar cirka 50 föreningar som har verksamhet för barn och unga och kan även göra vissa punktinsatser vid olika arrangemang. De har en person som arbetar halvtid med sponsorverksamheten och har en nära dialog med föreningarna om vad de behöver och hur det går för dem. GEAB bedömer möjligheten att sponsra verksamheten utifrån flera olika kriterier, bl.a. antal barn och unga som är med i föreningen, om de arbetar med värdegrundsfrågor och jämställdhet. De skriver avtal med föreningarna om en summa i sponsring mot att de gör viss motprestation.

De strävar efter en geografisk spridning av föreningarna de sponsrar så att de finns över hela ön och att det är bredd i utbudet av föreningsverksamhet. Det ska inte vara någon elitistisk satsning. Det är dock inte ett krav att föreningarnas verksamhet ska vara helt gratis.

Vad de vill uppnå: Målet är att barn och unga ska kunna ha fritidsaktiviteter som i sin tur leder till att de trivs och mår bra och att de kan stanna kvar på Gotland och jobba och driva företag. Att de delar ut pengar och bidrag och skapar möjlighet för föreningar att bedriva sin verksamhet. Utan det hade många behövt ta ut mer betalt från föräldrarna och då skulle barn och unga i svårare socioekonomisk situation inte kunna vara med i föreningsverksamheten.

Uppföljning: De mäter inte hur föreningarnas verksamhet påverkar barn och ungas mående men de hämtar in resultat från föreningarna om t.ex. antal deltagare och att de genomfört de aktiviteter de kommit överens om i kontraktet. De är också med ibland på träningar och matcher i föreningarna så att de kan känna av stämning och hur det fungerar i föreningen.

Bakomliggande logik och beslut: GEAB har sponsrat barn- och ungdomsverksamhet i flera år men omprövas varje år. Den upplevs vara jätteviktig. Sponsring görs även av andra företag på Gotland som ICA Maxi, Destination Gotland, Coop och Länsförsäkringar Gotland.

Finansiering: GEAB finansierar men eftersom gotlänningarna betalar för sin el kan man säga att de är med och finansierar.

Planerad utveckling: De kommer att bli ännu tydligare mot föreningarna när det gäller att de verkligen ska jobba mot barn och unga. De kommer också att förändra uppföljningen så att de både jobbar med enkäter och uppföljande samtal med föreningen, utöver att de är med ute på en del aktiviteter. De vill också sponsra mer på breda kulturaktiviteter för barn och unga, med färre punktinsatser som en enskild konsert utan stödja fler aktiviteter som löper över tid, som t.ex. teatergrupper.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom den möjliggör att föreningar kan skapa aktiviteter som stärker ungas välmående. Att GEAB har en tydlig vilja att bidra till ungas fritid är särskilt viktigt då det visar att verksamheten inte bara sponsrar, utan också står bakom värdet av att unga har meningsfulla och tillgängliga aktiviteter. Det är också positivt att GEAB planerar att bredda sin sponsring inom kultur vilket kan öka tillgängligheten till sådana aktiviteter.

Kneippbyns arbete för främjande av ungas psykiska välbefinnande handlar om att anställa unga med olika bakgrund och att anpassa arbetsuppgifterna utifrån deras unika situation, att vara en inkluderande och trygg arbetsplats och att främja social gemenskap bland de unga som arbetar där.

Målgrupp: Unga från 15 år som vill sommarjobba hos dem. Det är jämnt fördelat mellan killar och tjejer på alla positioner utom i magasinet (affären) där det är fler tjejer än killar. De når unga med olika bakgrund avseende födelseland och har även anställda som inte är svensktalande.

Beskrivning: De anställer ungdomar med olika bakgrund och följer upp individuellt för att kunna anpassa arbetsuppgifter och arbetsmiljö, exempelvis genom att erbjuda avskild plats för måltider till personer med ätstörningar. Ett tydligt introduktionsprogram och rutiner för extra stöd finns för att möta individuella behov. Varje vecka ordnas personalaktiviteter för alla som anpassas så att alla kan vara med. Pensionärer har anställts som stödpersoner och förebilder. Chefer utbildas i HBTQI-frågor och neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, och företagshälsovården används vid behov av ytterligare kunskap.

De samarbetar med vuxenutbildningen (SFI), Tillväxt Gotlands coacher vid Alla behövs och gymnasiets hotell- och turismprogram. De informerar i skolor om arbetsuppgifter och till exempel om CV-skrivning.

De sponsrar också olika idrottsföreningar där unga är medlemmar.

Vad de vill uppnå: Målet är att alla typer av unga ska kunna arbeta på Kneippbyn, eftersom arbete bidrar till välbefinnande genom att ge en uppgift och känsla av att bli sedd. De anpassar arbetsuppgifter efter individen för att skapa trygghet och utveckling. Social gemenskap och trivsel på jobbet bidrar till att ungdomarna mår bra. De uppfattar att många utvecklas positivt under sin tid där och förra året svarade de flesta att de skulle rekommendera en kompis att jobba där.

Uppföljning: De följer upp trivsel, förekomst av kränkande särbehandling, mobbning och hur väl ungdomarna kommer in i arbetsgruppen och om de får det stöd de behöver.

Tillgänglighet: De tar in ungefär 200 personer som är mellan 15–25 år. Det är fler unga som söker jobb än som har möjlighet att få jobb. Det är mer än hälften som söker för att få komma tillbaka året efter att de jobbat.

Planerad utveckling: De försöker göra ständiga förbättringar utifrån vad medarbetarna behöver. Nu håller de på att införa att det finns filmade instruktioner för medarbetarna vid varje attraktion som de kan få i mobilen via QR-kod eftersom alla inte har lika lätt att ta till sig skriftliga instruktioner. Utveckling av ansökningsprocessen så att unga kan söka direkt via hemsidan, i telefonen, utan att behöva lämna omfattande CV, för att minska tröskeln till att ansöka.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom de anställer många unga och arbetar för att inkludera unga med olika bakgrund och anpassa sig efter deras unika behov. Att många unga återkommer för arbete är ett positivt tecken på att de trivs och vill komma tillbaka. Det är positivt att verksamheten visar stor vilja på att lära sig om HBTQI och olika funktionsnedsättningar. Det kommer få bra betydelse både för förståelsen för kollegor och för besökarna om verksamheten fortsätter att utbilda chefer och medarbetare i dessa frågor. En arbetsplats med många unga har en möjlighet att påverka dem att utvecklas bra socialt och psykiskt, speciellt om det är en arbetsplats man känner att man trivs på, som känns inkluderande och som är välkomnande. Fler arbetsplatser som har många unga medarbetare skulle också kunna jobba mer med detta.

Länsförsäkringar Gotlands verksamhet för att främja ungas psykiska välbefinnande görs som tillägg till arbetet som bank och försäkringsbolag, för att bidra till ett socialt hållbart samhälle.

Målgrupp: Det är ännu inte helt tydligt uttalat men de riktar sig mer och mer mot att stödja föreningar, föräldrar och forskare i insatser som i sin tur har påverkar barn och unga från lågstadie- till gymnasieåldern.

Beskrivning: De sponsrar cirka 35 idrottsföreningar där det finns barn och ungdomsverksamhet, både små och stora, som skriver under att de ska ha ett visst värdegrundsarbete för att främja inkludering och motverka utanförskap och diskriminering.

De bidrar även till forskning som ger kunskap som grund för planering av insatser som på längre sikt gynnar ungas psykiska hälsa. De har Till exempel bidragit till forskning vid Uppsala universitet via forskargruppen CHAP (Child Health and Parenting) för forskning om gotländska ungdomars psykiska hälsa och forskning av screening av barns språkutveckling och arbetsmetoder inom barnhälsovården på Gotland. De kan också bidra till olika projekt för att direkt påverka barn och ungdomars beteende och mående, t.ex. insatsen Lika-Olika, ett treårigt projekt om bemötande och normer i några av Region Gotlands grundskolor.

De ingår även i nätverket MindShift Gotland för samverkan med andra aktörer på Gotland kring psykisk hälsa där de bland annat utbildat medarbetare och medlemmar i styrelse och fullmäktige i Första hjälpen till psykisk hälsa (MHFA).

De vill också bidra med att öka kunskapen i samhället om t.ex. barn och ungas hälsa, genom att anordna föreläsningar.

Vad de vill uppnå: De vill bidra till att bygga ett tryggt, stabilt och motståndskraftigt samhälle där människor mår bra och har högt psykiskt välbefinnande och det är låg kriminalitet och en hög nivå av tillit mellan människor. Det görs genom att de bidrar med pengar till idrottsföreningar, forskning, föreläsningar och andra aktiviteter som i förlängningen bidrar till ökat välmående och en trygg uppväxt för barn och unga.

Uppföljning: De följer upp resultat i föreningar, till exempel antal deltagande barn och ungdomar och resultat i de projekt som de ger bidrag till.

Bakomliggande logik och beslut: Företagsledningen driver frågan om engagemang för barn och ungas hälsa, med förankring styrelse och fullmäktige. Det utgår från en vilja att göra skillnad i samhället utifrån att rapporter och statistik och deras kontakter med andra aktörer på Gotland visar att psykisk ohälsa är vanligt i samhället och att många unga på Gotland inte har bra psykiskt mående.

De vill vara stilbildande och inspirera andra företag att ta ett större samhällsansvar som inte enbart grundas i att stärka det egna varumärket.

Planerad utveckling: De arbetar just nu med att ta fram en tydlig plan för inriktningen för arbetet med ett socialt hållbart samhälle och hur deras engagemang ska se ut i frågor som berör barn och ungas hälsa.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt genom att de sponsrar idrottsföreningar och finansierar olika projekt som kan leda till förbättrad psykisk hälsa hos unga. Länsförsäkringars ambition och kapacitet att göra verklig skillnad för unga är positivt och det skulle vara värdefullt om fler företag också skulle ha den inställningen så att fler unga skulle påverkas positivt av företagens insatser.

McDonalds i Visby arbetar medvetet för att främja ungas psykiska välbefinnande genom att de har ett jobb som hjälper dem att må bra.

Målgrupp: Medarbetarna på McDonalds två restauranger i Visby. Flera av dem är mellan 13 och 24 år. De har anställda på heltid, halvtid och många som jobbar mindre än så, som extrajobb utöver t.ex. skolan. En del anställda har utmaningar med psykisk ohälsa.

Beskrivning: De coachar medarbetarna utifrån Stephen Coveys ledarskapsfilosofi The Seven Habits of Highly Effective People (sju vanor). Det är en form av insiktsskapare om att hur man använder sin tid avgör hur man mår. De använder den i samtal med medarbetare vid medarbetarsamtal en gång per år och oftare vid behov.

De gör också anpassningar för att medarbetare som har psykisk ohälsa ska kunna arbeta hos dem. Det har t.ex. hänt att chefen varit med medarbetaren vid kontakt med psykolog för att få förståelse för personens behov.

Ibland kan de ta emot personer som av olika anledningar inte klarar av att gå i gymnasiet där de gör en plan för att arbetet ska vara ett steg mot att kunna återgå till gymnasiestudier. De kan också ta emot personer som har svårt att komma ut på arbetsmarknaden, via projektet Alla behövs, där de får tydligt stöd och handledning för att komma in i arbetat och att kunna utveckla som person.

Vad de vill uppnå: De vill bidra till att unga mår bra psykiskt och de vill inte att arbetet ska stressa utan att det är en faktor som gör att de kan må bra. Deras arbete att coacha unga utifrån filosofin om de sju vanorna kan ge insikter om hur balansen är i deras liv, hur de använder sin tid och hur det påverkar dem. För en del kan arbetet hos dem ge en social gemenskap som andra kanske får via ett fritidsintresse. Arbetet hos dem kan också vara ett sätt att bygga självförtroende och för vissa kan det göra att de kan komma vidare i livet, t.ex. för unga som har psykisk ohälsa eller som har svårt med gymnasiestudier.

Uppföljning: De har sett flera exempel på när unga som jobbar hos dem har vuxit som personer och börjat må bättre.

Bakomliggande logik och beslut: De såg ett behov av att bli bättre på att hjälpa medarbetarna att hitta balans i livet. En del jobbar för mycket och mår inte bra av det medan en del skulle må bättre av att jobba mer om det t.ex. kan vara ett bra alternativ till ett fritidsintresse.

Tillgänglighet: McDonalds har över 100 anställda totalt på de två restaurangerna i Visby.

Planerad utveckling: De ska se över schemat och anställa fler så att de som har mycket annat på fritiden inte ska tvingas att arbeta t.ex. helger, om det blir för stressigt för dem, utan istället är garanterade extraarbete på lov.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande eftersom arbete som extrajobb eller helt som alternativ till att studera kan påverka så att man mår bra. Det är dock under förutsättning att arbetet inte upplevs för stressande och det är en god arbetsmiljö. Insatsen som görs för att låta gymnasieelever arbeta där som komplement till skolgång med målet att kunna återgå till skolan är positiv. Det är även bra att arbetsgivaren kan följa med till t.ex. psykolog för att sedan kunna göra anpassningar på arbetsplatsen efter vad personen behöver. Att de följer en särskild filosofi kan bidra till reflektion och ökad förståelse hos medarbetarna vilket kan vara positivt. Det är bra om de kan genomföra planerna på att anställa fler unga så att de som har mycket fritidsaktiviteter t.ex. på helgerna inte tvingas till att arbeta då utan är garanterade jobb på lov istället.

Alla behövs är ett projekt som drivs av Tillväxt Gotland med syfte att stödja unga att ta sig in på arbetsmarknaden.

Målgrupp: Unga i åldern 16–35 år som varken arbetar eller studerar och som har svårt att ta sig in på arbetsmarknaden på egen hand, vare sig för heltid eller extraarbete. De upplever insatsen som känd, vilket gör att de når de personer som behöver stöd.

Beskrivning: Projektets medarbetare finns i Donnerska huset i Visby. Unga kan själva ta kontakt eller hänvisas dit via exempelvis socialtjänsten, arbetsliv och etablering, beroendenheten, polisen, frivården eller gymnasieskolan. En coach lär känna individen och söker sedan en arbetsplats i Gotlands näringsliv som passar den unga. Introduktionsperioden på arbetsplatsen är en till tre månader, där inga krav ställs på självständigt arbete. Om perioden fungerar väl för båda parter kan det leda till timanställning eller tillsvidareanställning. Under introduktionen ger coachen stöd till både arbetsgivare och individ.

Arbetsplatserna finns inom det privata näringslivet på Gotland, hos arbetsgivare med socialt engagemang och vilja att stötta unga med exempelvis låg självkänsla. Om arbetet bedöms passa bättre inom offentlig verksamhet kan coachen hjälpa till att skapa kontakt, till exempel med Region Gotlands rekryterings- och bemanningsenhet.

Det händer att unga återvänder till Alla behövs om efter tillfälligt arbete, då de behöver stöd igen.

Vad de vill uppnå: Målet är att unga ska komma ut i arbetslivet och in i gemenskap, samtidigt som företagets kompetensbehov tillgodoses. När unga med svag konkurrenskraft får arbete växer de, mår bättre och utvecklas. Det ger positiva effekter för både samhällsekonomin och företagen. Även om insatsen inte leder till fast anställning får de unga värdefulla erfarenheter och referenser.

Uppföljning: De följer statistik varje månad om hur unga som har kontakt med dem kommer vidare efter insatsen. En hög andel av de som haft kontakt med dem har gått vidare till någon form av anställning efter introduktionsperioden.

Bakomliggande logik och beslut: Det är ett delprojekt inom projektet Gotland Forward som är ett treårigt projekt (2023–2026) i samverkan mellan Arbetsförmedlingen, Polisen, Region Gotland, Finsam, Näringslivet och Försäkringskassan; med finansiering från Europeiska Socialfonden (ESF). Alla behövs har tidigare drivits som projekt inom Tillväxt Gotland. Det startade eftersom ett behov identifierades av att mer samhällsstöd till unga som har svag konkurrenskraft på arbetsmarknaden eller som behöver stöd för att kunna söka och få arbete. Vad de vet finns inte exakt likadan insats på annan plats i Sverige men andraplatser är intresserade av hur projektet bedrivs på Gotland.

Finansiering och tillgänglighet: Ännu finns ingen plan för finansieringen efter att det övergripande ESF-projektet avslutas i augusti 2026. Inom projektet har de hittills kunnat ta emot och stötta alla som kommit till dem. Målet inom ESF-projektiden är att ta emot totalt 85 personer under tre år och hittills har de stöttat cirka 30 personer per år.

Planerad utveckling: De vill utveckla samverkan med ungdomsgårdarna och med domkyrkoförsamlingens mötesplats TvåRum. De vill också fortsätta med insatsen efter att EFS-projektets tar slut. Diskussioner pågår mellan bland annat Tillväxt Gotland och Region Gotland om möjliga lösningar för en fortsättning.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom ett jobb kan innebära att man känner glädje gemensam men främst mening. Det är önskvärt att insatsen kan fortsätter även efter projektidens slut. Även om de själva upplever att insatsen är känd kan det vara så att unga på Gotland som skulle behöva deras stöd inte vet om dem, så det vore bra om de kunde sprida mer information till unga.

Feriejobb inom Region Gotland är en insats som erbjuder anpassade sommarjobb i regionens verksamheter, med stöd av handledare både på arbetsplatsen och från regionen.

Målgrupp: Ungdomar från det år de fyller 16 år och upp till och med 19 år. Ungdomar som är inskrivna på KAA (Kommunala aktivitetsansvaret) och den yngsta åldersgruppen (de som fyllt eller fyller 16 under året) är prioriterade till platserna. Några särskilda kvalifikationer behövs inte och unga med olika funktionsförmågor är välkomna. Extra stöd kan ges vid behov, exempelvis vid neuropsykiatriska diagnoser. Vissa jobb, som inom lokalvård och vårdnära service, kräver att man fyllt 18 år.

Beskrivning: Feriejobb erbjuds i två perioder: vecka 25–28 och vecka 30–33. De unga arbetar en av perioderna, cirka sex timmar per dag. De har handledare på arbetsplatsen och får anpassade uppgifter, som inte ersätter ordinarie personal. De får även stöd från feriejobbteamet, som följer upp och besöker arbetsplatserna.

Jobben finns inom exempelvis vaktmästeri, lokalvård, kök, äldreomsorg, LSS-boenden, hemtjänst, förskola, fritidshem och demokratiskola under Almedalsveckan. Feriejobbteamet matchar ansökningar med platser och försöker få ut så många ungdomar som möjligt.

Det finns även 24 platser i "sommarfixarna", där ungdomar arbetar i grupp om 12 ungdomar per grupp med minst två handledare på bland annat Wisbygymnasiet. Det passar särskilt dem som till exempel ska börja gymnasiet och vill bekanta sig med skolmiljön.

Feriejobbteamet besöker alla högstadie- och gymnasieskolor under ansökningsperioden för att ge information och stöd för att kunna ansöka. I år hölls även en feriejobbmässa med representanter från olika arbetsområden.

Vad de vill uppnå: Syftet är att ge unga ett "mjukt" första steg in i arbetslivet och att kunna prova på något specifikt arbete. Många växer av erfarenheten, får stärkt självkänsla och bättre förståelse för arbetslivet. De får referenser och erfarenhet till sitt CV, och ibland leder det till fortsatt sommarjobb. Nöjdheten bland deltagarna är hög, med betyg på 4,3–4,6 av 5. Många rekommenderar feriejobbet trots initial oro, eftersom upplevelsen blev positiv.

Uppföljning: Både ungdomar och arbetsplatser utvärderar efteråt. Resultaten rapporteras till Gymnasie- och utbildningsnämnden och används för att förbättra verksamheten. De är noga med att beakta de ungas synpunkter.

Bakomliggande logik och beslut: Feriejobb har funnits i flera år och finns även i andra kommuner, ibland kallat feriepraktik. Tidigare fanns platser även inom ideella organisationer, men nu är det begränsat till Region Gotland och Gotlandshem. Syftet är att bidra till framtida kompetensförsörjning inom regionen. Antalet ansökningar ökar, vilket visar på ett ökat behov.

Finansiering och tillgänglighet: Insatsen finansieras inom avdelningen Arbetsliv och etablerings budget. Fler söker än vad som kan erbjudas plats. 2025 sökte 287 ungdomar, men endast 133 fick jobb. Problemet är inte budgeten, utan att få arbetsplatser att ta emot feriejobbare.

Planerad utveckling: Period två kan komma att tas bort eftersom den upplevs stressig då den slutar precis före skolstart. Det finns även planer på att utveckla samarbetet med skolor och kombinera feriejobb med språkinträdning. Det finns även tankar på att erbjuda feriejobb under andra lov.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande om de får rätt stöd att hantera rädslor i samband med att de ska börja jobba. Att verksamheten ständigt vill förbättras och att de lyssnar på vad de unga vill är positivt. Det är dock viktigt att fler unga kan få möjlighet till Feriejobb. Om det inte går att hitta fler platser inom regionen borde det sökas efter platser även inom andra organisationer.

KAA är en lagstadgad verksamhet för kommuner som handlar om att ge stöd till unga inte går gymnasiet för att återgå till studier och i andra hand till annan sysselsättning.

Målgrupp: Ungdomar 16–20 år som är folkbokförda på Gotland och avbrutit eller inte påbörjat studier i gymnasieskola, anpassad gymnasieskola eller motsvarande utbildning eller som slutat gymnasiet utan att ha uppnått kraven för en gymnasieexamen, d.v.s. har studiebevis. Det gäller även de som har gått individuellt program på gymnasiet och har gymnasieintyg, det vill säga som gått på gymnasiet för att bli klara med nians betyg.

Beskrivning: I KAA-uppdraget ingår att försöka ha en personlig kontakt med alla ungdomar inom uppdraget, minst var tredje månad, så länge de inte studerar, för att erbjuda stöd att komma vidare mot studier i första hand och annan sysselsättning i andra hand. De hör av sig även om den unge jobbar, så länge de inte studerar, fram till de fyller 20 år. Det är frivilligt att ta emot hjälp.

KAA har mycket samarbete med andra verksamheter inom avdelningen för arbetsliv och etablering, tex med Feriejobb, JobbVägen, d.v.s. coachning för att få jobb. De jobbar för att få till parallella insatser utifrån att de jobbar en evidensbaserad metod BIP (sysselsättningsindikatorprojektet) för att underlätta för personer som står långt från arbetsmarknaden att få sysselsättning. Vid behov samarbetar de med socialförvaltningen om ungdomen ger medgivande till det.

De kan också vid behov motivera till kontakt med habiliteringen och påminna om och följa med på möten. De använder motiverande samtal (MI) för att motivera de unga att öppna upp för sin egen idé om nästa steg och att sedan visa på valmöjligheter för att komma dit.

De har haft olika gruppaktiviteter som hälsopromenader och drop in och öppet hus för att t.ex. skriva CV. Men de har sett att få komma på sådana öppna gruppaktiviteter och att det fungerar bättre med personliga kontakter eller att träffas i en mindre grupp upprepade gånger i 7tjugo-kompassen. De upplever också att det varit positivt att åka på utflyter med en grupp deltagare.

Vad de vill uppnå: Målet är att de unga ska kunna återgå till studier. Det görs genom att de får stöd för att hitta sin egen väg och motivation.

Uppföljning: De rapporterar in siffror till SCB varje halvår om vad deltagarna gör när de avslutas ur KAA-uppdraget. De följer sedan den lokala statistiken.

Bakomliggande logik och beslut: Enligt skollagen ska kommunen kontakta målgruppen regelbundet. På Gotland tas kontakt var tredje månad, under kontorstid. På vissa andra ställen har de kontakt med unga även på kvällar via telefon eller sms. Gotland ligger verksamheten inom Arbetsliv och etablering i utbildnings- och arbetslivsförvaltningen.

Finansiering och tillgänglighet: Verksamheten finansieras inom ramen för uppdraget inom Arbetsliv och etablering. De upplever att de har resurser för att nå målgruppen inom det uppdrag de har.

Planerad utveckling: De kommer fortsatt att slussa till 7tjugo-kompassen och att arbeta med parallella insatser enligt BIP som är relativt nytt.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt. Det är positivt att unga själva får välja om de vill ta emot stöd vilket ger en känsla av kontroll och respekt. Samtidigt finns risk att de unga personer som behöver hjälpen mest kanske inte tar emot den. Det vore värdefullt att fortsätta att förbättra kontakten med ungdomarna så att fler får den hjälp de behöver.

UngaJobb är en insats inom avdelningen, Arbetsliv och etablering, för att erbjuda unga arbete i Region Gotland under en begränsad period på upp till fyra månader.

Målgrupp: Unga i åldrarna 16–29 år som varken studerar eller arbetar.

Beskrivning: Den unga personen hänvisas till UngaJobb internt inom avdelningen Arbetsliv och etablering, t.ex. via coacher inom JobbVägen och KAA (Kommunala aktivitetsansvaret). Vid UngaJobb gör de en kartläggning tillsammans med den unga och letar sedan fram plats inom Region Gotlands verksamheter, t.ex. inom måltidsverksamheten, förskola, äldreomsorg, lokalvård, skola och fritidshem. Oftast får den unga först göra en kortare praktik för att se hur det fungerar för hen och för arbetsplatsen. Om det fungerar fortsätter personen där och om inte det fungerat letar de fram en annan plats. Anställningen är sedan på fyra månader, med eventuell kortare tid för att inte konkurrera med FerieJobb. På fyra månader arbetar den unge mellan 20–30 timmar. Under den tiden följer de upp och gör avstämningar kontinuerligt med ungdomen och arbetsplatsen. De unga vikarierar inte för en person vid arbetsplatsen och arbetar inte helt självständigt utan med stöd av en handledare.

Efter att den unga fått insatsen fortsätter kontakten med den coach som slussade dem till UngaJobb för vidare stöd och planering inför studier eller arbete.

Vad de vill uppnå: De vill stärka ungas psykiska välbefinnande så att de kan komma vidare mot studier eller arbete. De unga stärks genom att de får lön, referenser, känna tillhörighet och klarar av att stå på egna ben. Under 2025 ledde insatsen bland annat till att flera unga kommit vidare till studier och andra anställningar.

Uppföljning: De följer statistik på hur många de har tagit emot, hur många som kommit vidare ut i arbete och också om insatsen de har avslutats tidigare och varför. Uppföljningen visar goda resultat.

Bakomliggande logik och beslut: Under pandemin gjordes liknande insats med speciellt tilldelade tillfälliga medel med syfte att förebygga psykisk ohälsa bland unga. Insatsen har nu åter startat under 2025. Avdelningen arbetsliv och etablering bedömde att det finns behov av fler insatser för unga som varken studerar eller arbetar och när hela budgeten för FerieJobb inte användes kunde de omfördela pengar till UngaJobb. För FerieJobb användes inte hela budgeten på grund av att det inte gått att få in tillräckligt med platser från Region Gotlands verksamheter.

Finansiering och tillgänglighet: Insatsen finansieras av outnyttjade budgetmedel från insatsen FerieJobb. Insatsen har hittills nått nio personer och under hösten 2025 räknar de med att kunna ta in 10 personer till.

Planerad utveckling: Förhoppningen är att kunna fortsätta insatsen långsiktigt eftersom den gett goda resultat men beslut är inte taget om att permanenta insatsen.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom de stöttar unga till arbete med lön. Att ha ett jobb ger också möjlighet till sociala sammanhang och genom arbetet får unga värdefulla erfarenheter och referenser inför framtiden. Det bedöms som en insats som behöver fortsätta långsiktigt. Det finns även ett värde av att insatsen även skulle kunna omfatta yngre ungdomar, från 13 år, så att de kan få extraarbete. Unga i åldrarna 13–15 år behöver något att göra på fritiden och ett arbete skulle kunna vara ett alternativ, som ger ökade kunskaper och erfarenheter inför framtiden.

7-Tjugo-kompassen inom avdelningen för Arbetsliv och etablering i Region Gotland (intervju 25-06-12)

7-Tjugo-kompassen är en gruppaktivitet som leds av utbildade ledare vid Arbetsliv och etablering i Region Gotland. Insatsen ges vid Arbetsliv och etablering i Visby. Det är kostnadsfritt att vara med.

Målgrupp: Unga 16–29 år, t.ex. unga som går IM-programmet på gymnasiet, d.v.s som ännu inte är behöriga till gymnasiestudier eller unga inom KAA (det Kommunal aktivitetsansvaret) för unga 16–20 år som inte går i gymnasiet. De kan också komma via JobbVägen som är en verksamhet inom avdelningen Arbetsliv och etablering, för jobb-coachning. De kan också komma från gymnasieskolan, efter beslut från rektor, och delta även om de är inskriven på gymnasiet för att sedan utvärdera efteråt om man ska stanna kvar i gymnasiestudier eller göra något annat.

Deltagarna har hittills varit mellan 17 och 22 år. Att det inte är fler äldre deltagare kan ber på vilka verksamheter det är som hänvisar deltagare dit just nu.

Beskrivning: 7-tjugokompassen bygger på empowermentpedagogik och innebär att en grupp på max 12 personer träffas tillsammans med en ledare, tre gånger i veckan under åtta veckor. De följer en manual med ett tema per gång som utgår från varje deltagares egen "spelplan" som de tar fram under första gången. Övningar görs på olika sätt för att deltagarna ska lära känns sig själva och se vilka styrkor och behov de har. Studiebesök kan också göras med gruppen.

Varje deltagare har också ett samtal innan under och efter att de deltagit i insatsen, med ledare från KAA och t.ex. mentor i skolan, studie- och yrkesvägledare, coach på JobbVägen eller KAA.

Vad de vill uppnå: Syftet är att man ska lära känna dig själv och se vilka styrkor och behov man har så att man kan komma vidare framåt mot sysselsättning. De flesta som gått 7tjugo-kompassen har svarat positivt på utvärdering. På KAA ser medarbetarna att det varit goda resultat där flera av de som deltagit har fått tillbaka bra självkänsla och vuxit som personer. En del av deltagarna har valt att gå tillbaka till skolan. Andra har blivit redo att fortsätta med Feriejobb, UngaJobb eller JobbVägen. Även föräldrar har återkopplat att det har fungerat jag-stärkande.

Uppföljning: Deltagarna gör utvärderingar. Hittills har 25 deltagit plus 6 som avbrutit innan den var klar.

Bakomliggande logik och beslut: Programmet är framtaget av arbetsförmedlare i Sverige som metod att stärka egenmakt hos personer som har svårt att få fäste på arbetsmarknaden. Den som håller grupper enligt metoden behöver gå en instruktörsutbildning via Swedish Empowerment Center. Metoden används på flera platser i Sverige, t.ex. via enheter som arbetar med KAA.

På Gotland gjordes planering inför starten i samarbete mellan KAA och Wisbygymnasiet. Det blev ett resultat av det tidigare projektet fullföljd utbildning.

Finansiering och tillgänglighet: Insatsen görs inom budgetram för avdelningen Arbetsliv och etablering. Två grupper hålls per termin med max ca 12 deltagare i varje. Ännu har det inte varit någon kö och ca 6–9 deltagare har varit med per grupp.

Planerad utveckling: De ska utbilda ytterligare två instruktörer så att de hinner med att hålla de fyra tillfällena om året.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt genom att man får konkret och individanpassat stöd för att komma vidare till jobb eller studier vilket skapar hopp och framtidstro och i sin tur bidrar till bra psykiska välbefinnandet. Utvärderingen visar att många som deltagit har känt sig hjälpta och stärkta vilket stärker bilden av att insatsen är meningsfull och viktig. En tanke är att insatsen även skulle kunna användas inom andra verksamheter för att stärka ungas självkänsla, handlingskraft och framtidstro; t.ex. inom ideella organisationer.

Barn- och ungdomsmedicin i hälso- och sjukvården Gotland (intervju 25-09-18)

Barn- och ungdomsmedicinska verksamheten i hälso- och sjukvården på Gotland har verksamhet inom barn- och ungdomsmedicinska mottagningen och på barn- och ungdomsavdelningen, på Visby Lasarett. Deras uppdrag är riktat mot vård för somatisk sjukdom, men deras arbete påverkar även det psykiska välbefinnandet och de kan även fånga upp det psykiska måendet hos patienterna.

Målgrupp: Nyfödda till och med 17 år som behöver specialiserad vård på grund av somatisk sjukdom.

Beskrivning: De ger vård för somatiska sjukdomar. All vård, utom läkemedel för obesitas, är kostnadsfri. Ungdomar kommer dit efter att de fått remiss från till exempel elevhälsan eller någon verksamhet i vården. I deras bedömningar ingår inte bara medicinsk status utan även hur ungdomen upplever att hen mår sammantaget och hur hela livssituationen ser ut. De arbetar i tvärprofessionella team med läkare, sjuksköterskor, barnsköterskor, dietist, fysioterapeut, kurator och lekterapeut. De ha också nära samarbete med till exempel socialtjänsten, förskola och skola. När de uppmärksammar behov relaterat till psykisk hälsa erbjuder de bland annat stöd från deras kurator och slussar vid behov vidare till skolkurator, Första linjens mottagning eller BUP (Barn- och ungdomspsykiatri).

Vad de vill uppnå: De vill att de barn och ungdomar de möter ska må så bra som möjligt och att det verkligen kan fånga vad som är deras problem. Genom att ta de som kommer på allvar och uppmärksamma deras behov kan de hjälpa dem med deras somatiska problem och hänvisa vidare om det behöver annat stöd och vård.

Uppföljning: De följer tillgängligheten, bland annat personer på väntelistor.

De rapporterar till kvalitetsregister för olika sjukdomar. I frågorna som fylls i till registren ingår också skattningskalor om psykisk hälsa. De analyserar resultaten i registren och nationella jämförelser. De har också en enkät där barn och ungdomar får lämna synpunkter på vården. De har ett ungdomsråd som är med och tänker kring hur verksamheten fungerar och om nya idéer och utveckling.

Bakomliggande logik och beslut: Verksamheten bedrivs utifrån Hälso- och sjukvårdslagen, nationella riktlinjer och uppdraget inom hälso- och sjukvården på Gotland. Arbetet bedrivs utifrån barnanpassad vård, det vill säga att de har barnperspektiv genom att barnet/ungdomen står i centrum och vården utgår från hens behov. De anpassar även verksamheten utifrån synpunkter från deras ungdomsråd.

Finansiering och tillgänglighet: Finansiering görs inom budgeten för barn- och ungdomsmedicinska verksamheten inom hälso- och sjukvården inom Region Gotland. Tillgängligheten till verksamheten är god där de som behöver får vård akut och de som kan vänta får första besöket inom 90 dagar. Efter beslut om behandling påbörjas den inom som mest 90 dagar eller tidigare för den som bedöms behöva den tidigare.

Planerad utveckling: De arbetar med ständiga förbättringar utifrån behov som framkommer i deras uppföljningar. De håller nu på att utveckla processen för överföring av ungdomar, som fyller 18 år, till vuxenvården.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt. Att de uppmärksammar och försöker göra sitt bästa för varje individ är viktigt eftersom det kan ha stor inverkan på hur en ung person ser på sjukvården framåt och påverkar deras vilja att söka och ta emot hjälp framåt i livet. De ser att det är bra att verksamheten fortsätter förbättra övergången i vården för ungdomarna som fyller 18 år och inte längre kan få vård inom den barn- och ungdomsmedicinska verksamheten.

BUP i Visby är avgiftsfri psykiatrisk specialistvård för barn och ungdomar från hela Gotland.

Målgrupp: Barn och ungdomar 0–17 år som har psykiska besvär eller neuropsykiatriska funktionshinder som påverkar vardagen negativt. För att få vård krävs att problemen medför behov av specialistvård, och inte bara är naturliga reaktioner på vardagliga svårigheter. Cirka 12 % av Gotlands barn och unga bedöms ha behov av stöd på specialistnivå.

Beskrivning: förebyggande arbete. Personalen består av psykologer, kuratorer, psykoterapeuter, läkare, sjuksköterskor och arbetsterapeut. De arbetar med stegvis vård, där man börjar med insatser som fungerar för de flesta och justerar efter behov. Behandling sker bland annat genom individuella samtal, psykoeducation för att öka förståelsen för psykiska reaktioner, läkemedel och hjälpmedel som underlättar vardagen som whiteboard-tavlor för att komma ihåg vad man ska göra.

Gruppinsatser erbjuds också, t.ex. föräldrautbildningar. BUP ordnar också föreläsningar, t.ex. om ADHD, och samarbetar med skolor genom att bland annat ge information och rekommendationer.

Vad de vill uppnå: De vill att de unga ska få mindre symtom och förbättrad funktionsnivå, alltså att vardagen ska fungera bättre, och ökad livskvalitet. De vill att fler unga ska kunna delta i skolverksamhet, fritidsverksamhet och våga för att kunna utvecklas och så småningom bli självständiga. De vill ha god tillgänglighet så att de kan ge rätt insats snabbt för att möjliggöra god livskvalitet hos unga.

Uppföljning: De utvärderar vården de ger genom att använda skattningsskalor där barnet/ungdomen skattar sina symtom och sin livskvalitet innan och efter behandlingen. De mäter också hur många förfrågningar om kontakt med dem som de får, antal remisser och hur de hinner med att ta emot de som behöver komma, det vill säga tillgängligheten. De ser på resultaten både på individ- och gruppnivå och använder utvärderingarna för att utveckla sitt arbete. De samlar dock inte specifikt in de ungas tankar om deras arbete.

Bakomliggande logik och beslut: Verksamheten styrs av hälso- och sjukvårdslagen och nationella riktlinjer och vård- och insatsprogram, som bygger på forskning och beprövad erfarenhet. Sedan görs lokala anpassningar i verksamheten på Gotland utifrån det.

Finansiering och tillgänglighet: BUP finansieras inom budgetramen för psykiatri i hälso- och sjukvården i Region Gotland, som styrs politiskt. De håller vårdgarantin som säger att man först ska få första bedömning inom 30 dagar, för sådant som inte kräver mer akut omhändertagande. Efter beslut om fördjupad utredning ska den påbörjas inom 30 dagar. Efter beslut om påbörjad behandling ska den påbörjas inom 30 dagar. BUP på Gotland håller vårdgarantin bra och är bäst på det i Sverige.

Planerad utveckling: De jobbar med ständiga förbättringar. De behöver hitta nya sätt för unga att ta kontakt, som alternativ till telefon, som chatt eller någon form av alltså mer digitalt sätt att kunna ta kontakt. De behöver också utveckla samarbetet med andra som jobbar med unga för att t.ex. hitta unga i olika situationer som ingen verksamhet har direkt uppdrag att möta så att de inte blir utan det stöd de behöver.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt om man får rätt hjälp, eftersom det finns specialistkompetens som kan hjälpa vid olika problem. Det är positivt om de kan utvecklas genom t.ex. chattfunktioner och andra digitala lösningar för enklare kommunikation vilket kan hjälpa fler unga. Det är också viktigt att skolan kan fånga upp behov av kontakt med BUP och guida vidare dit eftersom det finns unga som har svårt att säga hur de mår och därmed inte får kontakt med BUP.

Första linjens mottagning är Region Gotlands mottagning för unga 6–17 som inte mår bra psykiskt, för vård på primärvårdsnivå. Det är kostnadsfritt för unga att få vård där.

Målgrupp: Unga 6–17 år som inte mår bra psykiskt. Det kan vara att man är mer ledsen än vanligt, har svårt att hantera stress och oro, har svårt att hantera ilska och aggressioner eller om man drabbats av dödsfall eller kris nära sig.

Det unga framförallt söker för är oro och ångest och det kan vara kopplat till kamratrelationer, skolprestation, hur man är som individ och mål i sin personlighet. Det handlar relativt ofta också om relationer ihop med föräldrar och om hur man har det hemma.

Beskrivning: Äldre tonåringar om de ska gå i egen behandling eller terapi för t.ex. ångest, nedstämdhet eller depression. De har också familjesamtal där de träffar hela familjen tillsammans. Ungdomar kan sällan själva lösa sina svårigheter utan man behöver sitt system, sin familj. De kan också träffas tillsammans med skola, socialtjänsten och andra som är runt omkring en ungdom då för att de ska få det bättre.

Vad de vill uppnå: De vill minska risken att ungdomarna mår sämre psykiskt så att de inte kommer till en nivå då de behöver mer stöd än på primärvårdsnivå eller att de behöver få specialiserad psykiatrisk vård längre fram i livet. De jobbar för att hjälpa ungdomarna att kunna hantera sina med- och motgångar på ett okej sätt. Deras insatser hjälper unga att få tilltro till sin egen förmåga och sitt sätt att fungera, att få bättre balans i vardagen med hälsosamma levnadsvanor, struktur och rutiner.

Uppföljning: Mätning görs av behandlingsutfall genom att ungdomarna skattar hur de mår när de kommer till mottagningen och sedan under och efter behandlingen. De har också följt upp vad de erbjuder och till vilka som söker hit, vilka som får stöd. De har ställt frågor i väntrumsundersökningar kring vad ungdomarna önskar när de kommer dit. De frågar om hur de har tagit kontakt, hur de skulle vilja ta kontakt och hur de skulle vilja bli bemötta när de kommer hit.

De använder uppföljningarna mycket och anpassar verksamheten efter resultaten som kommer fram. När de t.ex. ser att många ungdomar söker för en och samma kontaktorsak så ökar de kompetensen inom det området om det behövs.

Bakomliggande logik och beslut: Idag finns ett stort behov av stöd till unga eftersom det i vår tid är viktigt att ta hand om sin psykiska hälsa. Från 2019 infördes verksamheten på prov och permanentades 2022 efter uppvisat goda resultat.

Finansiering och tillgänglighet: Det är en verksamhet som finansieras inom budgeten för den psykiatriska vården inom Region Gotland. De strävar efter att vara tillgängliga så att ungdomarna inte ska behöva vänta men ibland är det svårt att uppfylla eftersom det finns ett större behov än vad resurserna klarar av i perioder. De är inte så tillgängliga digitalt som de önskar att de kunnat få vara. Det är tillgång till IT-system som begränsar.

Planerad utveckling: De vill gärna få möjlighet att utveckla digitala kontaktvägar med ungdomarna. De vill gärna återuppta samarbetet med kulturenheten kring deras insats Dans för hälsa.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt genom att de kan bedöma, vägleda och lotsa unga vidare till rätt stöd. Att få hjälp att förstå vad man behöver och vart man kan vända sig är avgörande, särskilt när man mår dåligt och har svårt att orientera sig i vård- och stödsystemet. Initiativ för att utveckla olika digitala lösningar är ett viktigt steg mot ökad tillgänglighet och flexibilitet. Samtidigt hade det varit värdefullt om det fanns möjlighet att vara anonym i kontakten, särskilt i början.

FAR som insats på Första Linjens mottagning infördes under hösten 2024. Medarbetare som har legitimation i yrket (t.ex. sjuksköterska, arbetsterapeut psykoterapeut) skriver ut FAR kostnadsfritt men aktiviteterna som personen sedan behöver göra får hen bekosta själv.

Målgrupp: Ungdomar där FAR bedöms kunna få bra effekt, från cirka 14 år och upp till och med 17 år som är gränsen för att få komma till mottagningen. Det passar bäst för ungdomar som själva kan anpassa det de gör utifrån sina egna önskningar och motivation och inte styrs lika mycket, som yngre, av påverkan från sina föräldrar.

Beskrivning: När medarbetare på mottagningen ser att FAR kan vara bra för en ungdom så pratar de om det och de kan visa film om det. I journalsystemet finns frågor kopplade till FAR, som besvaras och sen görs en plan upp tillsammans med ungdomen. Det kan handla om att öka aktivitetsnivån allt från att gå några extra vändor i trappan eller cykla istället för att åka bil eller moppe till att gå med i en förening som erbjuder fysisk aktivitet. Mottagningen har listor på vilka föreningar som är med i samarbete kring FAR och om vad de kan erbjuda. Det skrivs ut ett recept men det är inte kopplat till någon subvention av kostnader för t.ex. föreningsaktivitet eller träningskort. Däremot kopplas FAR ihop med samtal med motiverande samtal på mottagningen (MI).

Vad de vill uppnå: Målet är att minska de psykiatriska symptomen som t.ex. ångest, oro, rädsla eller nedstämdhet och att öka det psykiska välbefinnandet. Det kan också vara att öka aktiviteter för att minska tid vid skärm och som hjälp att få ordning på sin dygnsrytm. FAR skapar motivation till fysisk aktivitet.

Uppföljning: De mäter idag hur många som får FAR, ungdomarna skattar sitt mående innan och efter insatsen och de mäter hur den fysiska aktiviteten påverkats. Mottagningen ser över hur de kan förbättra uppföljningen, t.ex. en mer öppen fråga om vad de har upplevt för förändring. Eftersom förskrivandet var etablerat först under våren 2025 har de inte gjort någon övergripande sammanställning av resultatet ännu.

Bakomliggande logik och beslut: FAR används i hela Sverige, sedan cirka 20 år tillbaka, inom hälso- och sjukvården men även inom t.ex. elevhälsan. Det finns evidens på att FAR minskar risken för flera olika sjukdomar, bland annat depression. På Gotland har det använts i hälso- och sjukvården i många år och är även infört i elevhälsan. På Första linjens mottagning var det teamsamordnaren som uppmärksammade att det vore en bra insats att införa där. Planering för införandet gjordes med stöd av arbetsterapeuter och barn- och elevhälsan inom Region Gotland och RF-SISU.

Finansiering och tillgänglighet: Det är en insats inom ramen för arbetet på Första Linjens mottagning. När personen har kontakt på mottagningen är det ingen väntetid för att få FAR utskrivet.

Planerad utveckling: De sökte tidigare pengar tillsammans med RF-SISU för att kunna utveckla arbetet kring FAR men fick avslag. De skulle dock vilja kunna hitta samverkan och medel för att kunna underlätta för ungdomar som saknar ekonomiska resurser att kunna delta i t.ex. idrottsaktiviteter.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Insatsen bedöms kunna påverka ungas psykiska välbefinnande positivt, särskilt då det kan vara svårt att vara fysiskt aktiv när man inte mår bra. Att få stöd i att komma igång är hjälpsamt och viktigt. Samtidigt behöver recepten behöva vara individuellt anpassade för att inte skapa ytterligare stress eller känsla av misslyckande. Det är en utmaning att aktiviteterna ibland kostar pengar även om själva recepten är gratis, t.ex. när det finns behov av att skaffa gymkort. Att första linjen vill samverka med föreningslivet för att göra deras aktiviteter mer tillgängliga för unga personer är mycket positivt och det vore bra om det gick att genomföra.

MiniMaria ger avgiftsfritt stöd för unga och anhöriga, kring alkohol, narkotika och spel om pengar.

Målgrupp: Unga till och med 24 år där det finns oro eller problem som handlar om alkohol, narkotika eller spel om pengar. Även anhöriga till dessa unga är välkomna. Verksamheten tror att de inte når alla som behöver stöd, dels för att problemen kan vara svåra att upptäcka, dels för att vissa inte vill söka hjälp. De upplever också att många unga och vårdnadshavare inte vet att stöd finns för problem relaterat till spel om pengar.

Beskrivning: MiniMaria erbjuder rådgivning, bedömning och behandling till unga med risk för eller pågående skadligt bruk eller beroende, samt anhörigstöd. Behandlingen fokuserar inte enbart på alkohol, narkotika och spel, utan på hela livssituationen. Att stärka det psykiska välbefinnandet är centralt. Bedömning relaterat till familj och skola ingår eftersom skadligt bruk ofta hänger ihop med dessa faktorer. Föräldrar involveras för att stärka familjerelationerna och för att bidra till behandlingen. Behandlings-metoderna anpassas efter individens och familjens behov. Det finns ingen gräns för antal besök, och en del behandlingar kan vara långvariga. Insatser kan ges inom sjukvården, exempelvis läkemedelsbehandling eller stöd vid ångest, depression, sömnsvårigheter eller neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. Det kan även vara sjukvårdande behandling för att bli nykter och drogfri. Vid behov remitterar de vidare, exempelvis till psykiatri. Behandlingen kan även innefatta insatser från socialtjänsten, som familjebehandling eller beroendebehandling, eller i kombination med sjukvård. Utfärdande av körkortintyg är dock inte avgiftsfritt.

Vad de vill uppnå: De vill stärka ungas psykiska välbefinnande för att hjälpa dem att hålla sig nyktra, drogfria och fria från skadligt spel om pengar, eller minska risken att utveckla sådana problem senare i livet. Vissa kan må bättre eller få ett mer fungerande liv även om de inte blir helt drogfria. Stödet kan också leda till att unga får sysselsättning.

Uppföljning: De följer statistik över inkomna remisser och antal besök. Individens upplevelse av förändring följs upp under och vid avslut av behandlingen. Lagstiftning försvårar uppföljning efter avslutad kontakt och i dagsläget finns inte någon fungerande struktur för uppföljning på lång sikt.

Bakomliggande logik och beslut: Verksamheten utgår från hälso- och sjukvårdslagen och socialtjänstlagen och utgår från nationella vård och insatsprogram och evidensbaserade metoder. Behovet av deras insatser följs via nationell och lokal statistik samt inflödet av remisser från andra verksamheter som arbetar med unga på Gotland.

Finansiering och tillgänglighet: MiniMaria drivs gemensamt av psykiatri och socialtjänsten i Region Gotland. De har god tillgänglighet och kontaktar den som söker stöd samma dag eller dagen efter. Det finns ingen direkt väntetid till besök och behandling.

Planerad utveckling: De arbetar med ständiga förbättringar, bland annat genom att ta in nya metoder som blir tillgängliga. Med nya socialtjänstlagen kommer dokumentationen att förändras, vilket kan ge bättre statistik. De arbetar också för att hitta ett gemensamt sätt att bedöma hur och när ärenden avslutas inom socialtjänsten.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt. Det är bra att de följer upp insatsen på individnivå innan den avslutas men det är en nackdel att de inte får följa upp individen senare för att se effekten på längre tid. Det är positivt att de jobbar med ständig förbättring och utveckling av dokumentationen. Det är viktigt att unga som behöver dem vet om att de finns. Kunskapen om att de tar emot unga med spelberoende behöver också öka i samhället. De kan kanske synas mer på ungdomsgårdar, i skolor och på andra platser där unga rör sig och informera om sin verksamhet.

Ungdomsmottagningen inom Region Gotland erbjuder avgiftsfria besök i Visby. En medarbetare har mottagning på Wisbygymnasiet en eftermiddag i veckan. De bedriver även utåtriktad verksamhet, bland annat i högstadieskolor över hela ön.

Målgrupp: Unga till och med 23 år, oavsett könsidentitet, utan undre åldersgräns. De tar emot all oavsett könsidentitet men ser att det är flest tjejer som kommer till mottagningen.

Beskrivning: Unga kan själva söka sig direkt till mottagningen där de arbetar i tvärprofessionellt team med ett salutogent synsätt, det vill säga med fokus på att stärka det som främjar hälsa och välbefinnande. De kan även hjälpa unga med konkreta problem. Den medicinska personalen består av barnmorskor, sjuksköterska, undersköterska och läkare. Vid behov remitterar de vidare inom vården.

Det psykosociala stödet ges främst av kuratorn i enskilda samtal, som inte är behandlande och utgår från ungdomens villkor. Vid första samtalet kartläggs mående och faktorer som påverkar hälsa och välbefinnande. En plan görs för samtal, utan begränsning i antal.

Medarbetarna arbetar även utåtriktat för att främja psykiskt välbefinnande och förebygga ohälsa. De besöker alla klasser i årskurs 7 för att prata om mottagningen och HBTQ+, och årskurs 9 för att prata om sex, lust och samtycke. I årskurs 8 görs studiebesök på mottagningen. De träffar även elever i anpassad skola och ger stöd till HBTQI+-ungdomars föräldrar. De samverkar också med andra verksamheter som arbetar med unga.

Vad de vill uppnå: De vill bidra till ungas psykiska välbefinnande genom bland annat stöd och vård relaterat till sexuell och reproduktiv hälsa, på en trygg plats. För att främja psykiskt välbefinnande hos unga HBTQI-personer erbjuds anhörigstöd till föräldrar, vilket har varit uppskattat.

Deras främjande och förebyggande arbete kan minska behovet av vård. Uppföljningar visar att unga är nöjda med mottagningen.

Uppföljning: Statistik över besök följs och analyseras. Enkäter görs om vad unga tycker om mottagningen. Uppföljning har även gjorts kring det utåtriktade arbetet i skolorna.

Bakomliggande logik och beslut: Verksamheten är organiserad inom hälso- och sjukvården i Region Gotland med samma huvudman för kurator och medicinsk personal. De följer nationella riktlinjer för arbetet på ungdomsmottagning. Behovet följs via statistik och samverkan med skolor, ungdomsgårdar, stödboenden, BUP, Första linjens mottagning, vuxenpsykiatri och socialtjänsten. HBTQI+-stödet till föräldrar initierades av kuratorn utifrån bedömt behov.

Finansiering och tillgänglighet: Verksamheten finansieras inom budgeten för verksamhetsområde Gynekologi och Obstetrik. De har bokningsbar mottagning och drop-in (ej till kurator).

Kvällsmottagning erbjuds varannan vecka. Behovet av kuratorstöd har ökat, med köer som följd, och en ny kurator kommer nu att anställas. De ser även behov av ytterligare en barnmorsketjänst, då köer påverkar det utåtriktade arbetet. Behov finns även för arbete i årskurs 6, utifrån statistik och skolors efterfrågan.

Planerad utveckling: Förutom anställning av en kurator finns inga större planer men de jobbar ständigt med att förbättra verksamheten.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande. De är särskilt bra att de har fokus på det positiva och normal utveckling och inte bara på problem. Det är dock viktigt att man klickar med den man träffar och det kan vara sårbart med få medarbetare om man vill byta kontakt. Det är bra att en kurator anställs för att minska köerna. Det vore också önskvärt med mottagning på fler platser på Gotland och att det utåtriktade arbetet utökas till årskurs 6.

Vuxenpsykiatri i Region Gotland har inte några specifika insatser för att främja ungas psykiska välbefinnande men deras arbete med psykiatriska tillstånd har en positiv inverkan även för patienternas psykiska välbefinnande. Vården följer beslutad sjukvårdstaxa för den som är 18 år och äldre.

Målgrupp: Vuxenpsykiatri är till för personer från 18 år och uppåt, som är i behov av psykiatrisk specialistvård. De har dock även psykiatrisk akutmottagning för barn och ungdomar till och med 17 år på kvällar och helger.

Beskrivning: För att komma till vuxenpsykiatri behövs remiss från vårdcentral eller annan vårdgivare, eller att man skriver en egenremiss, och att man sedan bedöms ha behov av vård på specialistnivå. Till psykiatriens akutmottagning söker den som har akuta symtom av ett psykiatriskt tillstånd.

Vad de vill uppnå: Målet är att man ska få rätt behandling för sitt psykiatriska tillstånd, problem och symptom, så att man inte upplever mer psykiskt illabefinnande än vad som kan vara normalt utifrån livet och att man har en så bra funktionsnivå som möjligt socialt, i arbetslivet, på fritiden och så vidare, utifrån sina egna förutsättningar.

Uppföljning: De följer antal besök och vårdtillfällen på vårdavdelning men följer inte specifikt behovet av vård bland unga personer (i detta fall 18–24 år). De följer även andra behandlingsresultat, till exempel via olika kvalitetsregister och de följer olika kvalitetsindikatorer på gruppnivå men inte specifikt för just patienter mellan 18–24 år.

På individnivå följs behandlingsresultaten via bedömning av läkare och annan vårdpersonal, patientens egna upplevelser, och skattningar med olika skattningsskalor.

Bakomliggande logik och beslut: Verksamheten bedrivs enligt uppdrag inom hälso- och sjukvården. Någon speciell uppföljning eller behovsunderlag för unga 18–24 år finns inte.

Finansiering och tillgänglighet: Verksamheten beskrivs inom budgetramen för psykiatriska specialistvården inom hälso- och sjukvården i Region Gotland.

På akutmottagningen får man bedömning direkt utan någon längre väntetid och den som behöver bereds plats inom slutenvården. För besök på öppenvårdsmottagningen ska väntetiden till nybesök respektive behandling vara max 90 dagar vilket oftast kan hållas. Väntetiden till utredningar om till exempel. neuropsykiatrisk funktion är dock något längre, cirka 4 månader.

Planerad utveckling: Det finns inga konkreta planer på att utveckla verksamheten riktad mot unga (18–24 år) eller att starta något projekt avsett enbart för den gruppen.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt tack vare att man kan få individanpassad hjälp och tillgång till akuta insatser vid behov. Det är en trygghet att det finns stöd även i mer allvarliga situationer, särskilt för unga personer. Det är också positivt att vuxenpsykiatri är till för alla på Gotland oavsett vart man bor vilket signalerar att ingen ska behöva stå utanför hjälpen. Det är dock viktigt att de håller god tillgänglighet för alla typer av besök och undersökningar.

Dans för hälsa är en evidensbaserad kostnadsfri insats för att motverka stressrelaterade besvär genom kravlös rörelse till musik.

Målgrupp: Unga 13–18 år, gymnasieelever och studenter vid Uppsala universitet, Campus Gotland, som upplever stressrelaterade besvär som oro, nedstämdhet, ångest, huvudvärk, magont och sömnproblem. Det är dock svårt att nå ut till målgruppen, vilket gör att grupperna inte fylls.

Beskrivning: Via kulturenheten i Region Gotland, organiserad av en dansutvecklare, finns en grupp som träffas i Bingans gymnasal i Visby en gång i veckan. Deltagande kan ske under flera terminer. Unga hittar dit själva eller via verksamheter som Första linjens mottagning, BUP och elevhälsan. En annan grupp finns på Kulturskolan i Visby, dit gymnasieelever hänvisas av skolkuratorer och skolsköterskor. Försök har även gjorts att starta grupp på Klinteskolan. Även studenter på Campus Gotland har fått prova insatsen under en kortare period i aulan, efter hänvisning från studenthälsan. Vidare har dansutvecklaren inom Region Gotland haft kontakt med RF-SISU för samverkan kring metoden och RF-SISU har informerat idrottsföreningarna om att Dans för hälsa finns.

Vad de vill uppnå: Insatsen syftar till att stärka det psykiska välbefinnandet genom rörelseglädje och social gemenskap. Genom deltagande i insatsen får de bättre självkänsla, de vågar mer och tror mer på sig själva och får ett större kontaktnät. Det kan också innebära en stunds lugn och ro i vilsam rörelse till musik. Forskning via Örebro universitet har visat att metoden har bra effekt på att minska stressrelaterade symtom och stärka det psykiska välbefinnandet.

Uppföljning: Muntlig och skriftlig utvärdering har gjorts med deltagare i Dans för hälsa på Gotland, som också visat bra effekter.

Bakomliggande logik och beslut Dans för hälsa utvecklades genom ett forskningsprojekt i samverkan mellan Örebro län och Örebro universitet. Metoden har visat sig effektiv enligt forskning och hälsoekonomisk utvärdering. På Gotland initierades insatsen efter visat intresse från personer med intresse för dans och från personer med strategiska uppdrag inom Region Gotland, som såg metoden som ett sätt att möta behovet av insatser för ungas psykiska hälsa. Bland annat elevhälsan, lärare och Första linjens mottagning har också signalerat behov av insats för att motverka stressrelaterade symtom bland unga. Insatsen startade sedan som projekt inom Region Gotlands satsningar på kultur och hälsa samt suicidprevention. Flera instruktörer utbildades, bland annat inom Kulturskolan.

Finansiering och tillgänglighet: Gruppen i Bingeby finansieras långsiktigt via Kulturenheten i Region Gotland. Gruppen på Kulturskolan finansieras inom dess rambudget, men är fortfarande tillfällig då de har svårt att fylla gruppen med deltagare. Gruppen för studenter på Campus Gotland har finansierats tillfälligt via Kulturenheten, och framtida planer behövs för en långsiktig lösning.

Det saknas idag en samordnare för Dans för hälsa på Gotland och en hemsida med information om pågående grupper. Informationen når inte ut tillräckligt för att fylla grupperna. Dansutvecklaren inom Region Gotland har inte uppdrag eller resurser att samordna över verksamhetsgränser, utan ansvarar endast för insatsen inom kulturenheten.

Önskad utveckling: En förhoppning är att pågående grupper ska kunna fyllas och att studenthälsan utvecklar insatsen mer hos dem så det blir en permanent insats på universitetet. Det finns också ett behov av att sprida insatsen till fler platser över ön och att samordna arbetet som de åtta utbildade instruktörerna på Gotland gör och skulle kunna göra. Planer för detta saknas dock i dagsläget.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande då rörelse kan påverka positivt och metoden har påvisat goda effekter genom forskning. Det hade dock varit positivt om de kunde nå ut till fler unga med insatsen och om de kunde nå ut även till unga på landsbygderna. Om de skulle samarbeta med skolor och ungdomsgårdar hade det kanske kunnat nå fler unga.

Folkbiblioteken på Gotland finns i Fårösund, Slite, Roma, Östergarn, Visby (Almedalsbiblioteket Gråbobiblioteket och Korpens bibliotek), Klintehamn, Hemse, Burgsvik).

Målgrupp: Alla på Gotland. Andelen unga av besökarna är låg.

Beskrivning: Verksamheten på biblioteken är avgiftsfri. Förutom utlån av böcker, e-böcker, ljudböcker och film ger biblioteken tillgång till bland annat datorer, internet och skrivare, tysta rum och studieplatser. De ordnar också olika aktiviteter som till exempel föreläsningar, bokcirklar, språkkaféer och bokcirklar.

De arbetar just nu med att nå unga på olika sätt för att utveckla verksamheten så den ska passa dem.

Vad de vill uppnå: Det vill att biblioteken är en viktig och inkluderande plats för människor där de kan samlas kring litteraturen och kan ha demokratiska samtal. De uppfattar att verksamheten kommer bidra till att stärka människors psykiska välbefinnande.

Uppföljning: De följer upp verksamheten med kvantitativa mått, till exempel antal boklån.

Bakomliggande logik och beslut: Verksamheten styrs av Bibliotekslagen och Biblioteksplanen som är beslutat av Regionfullmäktige på Gotland. De vill bli mer målgruppsstyrda i verksamheten. För att utveckla det arbetar de med så kallade lärgrupper inom områden där de ser att det finns behov av utveckling, vilket de baserar på omvärldsspaning som till exempel lokala och nationella rapporter och statistik om ungdomars psykiska hälsa och minoritetsgruppers levnadsförhållanden.

Lärgrupperna är grupper med medarbetare som får fördjupa sig i en fråga, där de ser att de behöver bli skarpare och vassare. De tar del av forskning och gör omvärldsspaning i Sverige och i övriga världen för att se bland annat hitta framgångsfaktorer för positiv utveckling inom det aktuella området. Just nu finns behov både på Gotland och i resten av Sverige att utveckla biblioteksverksamheten för ungdomar eftersom de inte besöker bibliotek lika mycket som andra grupper. Ungas psykiska hälsa behöver också stärkas och det finns behov av fler trygga mötesplatser för dem.

Finansiering och tillgänglighet: Biblioteksverksamheten finansieras inom uppdraget för avdelningen för Kultur- och fritid inom Region Gotland. Öppettiderna på biblioteken varierar. Vissa har öppet alla dagar i veckan och vissa bara ett par dagar i veckan. Generellt är öppettiderna under dagtid, med vissa undantag. Det går exempelvis att få tillgång till biblioteken utanför bemannad tid, klockan 7–21 alla dagar, för den som är 18 år eller äldre.

Planerad utveckling: De vill fortsätta att utveckla verksamheten så att de som inte använder biblioteken ska vilja göra de. De kommer särskilt fortsätta arbetet för att fler unga kommer till dem, i samråd med ungdomarna själva och genom att använda tjänstedesign. De har precis bildat ett ungdomsråd kopplat till Hemse bibliotek.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom det är en plats att vara på för de som behöver det, till exempel de som behöver komma hemifrån. Det är bra att de försöker utveckla biblioteken till att bli mer moderna och ungdomsvänliga. De ser att det är bra om verksamheten kan utvecklas så att den når ut till fler unga. Ett sätt skulle kunna vara att bjuda in unga i olika åldrar på besök där de visas runt i lokalerna.

Folkbiblioteken: Ungdomsavdelning på biblioteket Hemse (intervju 25-09-17)

Ungdomsavdelningen på biblioteket i Hemse utvecklades nyligen i samverkan med ungdomar.

Målgrupp: Unga i åldrarna 13 till och med 24 år.

Beskrivning: På biblioteket i Hemse har en ungdomsavdelning utvecklats i samverkan med ungdomar genom hög grad av medskapande från dem där de till exempel fick fatta egna beslut inom en given ram. Det är kostnadsfritt att besöka biblioteket.

Vad de vill uppnå: De vill främja ungas läsande och de vill att biblioteken ska vara en plats där de kan hämta information och möta andra unga och andra generationer.

Uppföljning: De har ambitionen att mäta kvalitativt framöver hur verksamheten påverkar de unga men det behöver göras över tid och de har just fått ungdomsavdelningen klar.

Bakomliggande logik och beslut: Verksamheten styrs av Bibliotekslagen och Biblioteksplanen som är beslutat av Regionfullmäktige på Gotland. Som i övriga Sverige ser biblioteken på Gotland behov av att nå fler unga eftersom det är en grupp som inte besöker dem lika mycket som andra grupper. De uppfattar också att de är dåliga på att göra riktade insatser till ungdomar. Utifrån det har de tillsatt en lärgrupp med medarbetare som ska arbeta för att ta fram kunskap som behövs för att göra utvecklingen, bland annat genom att ta del av forskning och omvärldsbevaka hur andra bibliotek gör, i Sverige och utomlands. Lärgruppen konstaterade att ungdomsavdelningarna på biblioteken inte är tilltalande för ungdomar och de involverade därför ungdomar i utvecklingen kring det. Utveckling av ungdomsavdelningen på Hemse bibliotek valdes utifrån att bedömning att det är särskilt viktigt med insatser för unga på södra Gotland, utifrån omvärldsspaning och statistik. Skolbibliotekarien på Högbyskolan har också ett stort nätverk och engagemang i frågan. En tydlig utveckling av ungdomsavdelningen på biblioteket har inte gjorts tidigare på Gotland men på andra plaster i Sverige. Lärgruppen som arbetade med utvecklingen gjorde studiebesök på flera platser i Stockholm.

Finansiering och tillgänglighet: Insatsen gjordes inom ramen för folkbibliotekens uppdrag inom Region Gotland och planen är att ungdomsavdelningen ska finnas kvar långsiktigt som en del av verksamheten. Finansieringen kom dock från statliga medel från Kulturrådet som söktes specifikt för att starta upp denna insats.

Ett problem med tillgängligheten är att Hemse bibliotek inte har öppet så länge på vardagar (till klockan 16 eller 18) och bara viss tid på lördagar. Det gör att ungdomar som går i skolan inte har så stora möjligheter att nyttja biblioteket och ungdomsavdelningen.

Planerad utveckling: De behöver lösa så att unga kan få tillgång till biblioteket och ungdomsavdelningen utanför ordinarie öppettider. De kan till exempel se över reglerna kring att få tillgång till biblioteket utanför ordinarie öppettider, där det för tillfället är en möjlighet endast för den som är 18 år eller äldre. De fungerar även på om det går att bygga upp ett samarbete med ungdomsgården för att ge tillgång till biblioteket när ungdomarna efter bibliotekets ordinarie öppettider.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom den utformats genom att involvera ungdomar, med tjänstedesign. Planen att ungdomarna ska kunna vara på plats även utanför ordinarie öppettider är bra eftersom att unga då har en plats att vara på. Insatsen skulle på fler bibliotek på ön.

Bokklubb för unga på Almedalsbiblioteket för unga har nyligen startats upp. Det är kostnadsfritt att vara med.

Målgrupp: För åldersgruppen 13–18 år.

Beskrivning: Ungdomarna träffas på Almedalsbiblioteket, på ungdomsavdelningen eller i Sagorummet om det behöver vara mer ostörda. De ses en gång i månaden, två timmar mellan klockan 16–18. Inför träffen läser de samma bok och vid träffarna pratar de om boken och väljer en ny bok. En barn- och ungdomsbibliotekarie leder gruppen.

Bibliotekarien är med och påverkar valet av bok så att den finns både som pappersbok och vanligt som ljudbok och i lättläst version. Boken kan väljas ut för att styra in läsningen på det som är relevant för just de individerna som är med.

Vad de vill uppnå: De vill främja läsandet bland unga, att de ska bli intresserade av att läsa. De ser också att bokcirkarna skapar social gemenskap. De vill också att läsandet ska kunna användas för att få vidgade perspektiv på olika saker så att det påverkar deras mående positivt, till exempel om de läser böcker kopplade till exempelvis psykiskt mående och normer som påverkar utanförskap.

Uppföljning: De kan mäta antal som deltar och vill även följa upp hur deltagarna tycker att det varit och hur det kan förbättras, i slutet av varje termin.

Bakomliggande logik och beslut: Bokcirkeln startades utifrån behovet de ser av att utveckla verksamheten för att nå fler unga, eftersom det är en grupp som inte besöker dem lika mycket som andra grupper. De har också en hel del aktiviteter för barn 8–12 år men sen är det betydligt färre insatser på biblioteken som riktas mot unga från 13 år. Bokcirklar för unga på biblioteket har inte gjorts tidigare på Gotland men på andra platser i Sverige.

Finansiering och tillgänglighet: Insatsen görs inom budgetramen för biblioteksverksamheten inom Region Gotland. Det är tänkt som en långsiktig insats som en ordinarie del av verksamheten.

Planerad utveckling: De funderar också på att starta grupper med läsning för unga, till exempel i Slite. Det kan vara Shared reading, vilket innebär högläsning av litterära texter i grupp med samtal kring innehållet, till exempel med fokus på ensamhet. Det skulle också kunna vara tysta läsecirklar, då man läser det man själv vill tyst men tillsammans med andra.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom den kan förändra ungas syn på läsning. Insatsen kan också påverka ungas mående genom att de kan relatera sin egen situation till bokens sammanhang för att lära sig mer och också våga prata om sin egen situation. Det vore också positivt om de skapar en grupp för unga i shared reading, som de funderar på att göra.

UngKultur inom kulturenheten i Region Gotland (intervju 25-08-22)

Ungkultur är en långsiktig satsning på kultur för unga, inom Kulturenheten i Region Gotland, som startas upp under höstterminen 2025.

Målgrupp: Unga mellan 13 och 25 år. De uppfattar att kulturen har ett problem att nå unga som inte kommit i kontakt med kulturverksamheter tidigare.

Beskrivning: Två kulturcoacher, en verksamhetsledare och eventuellt ytterligare en person kommer att arbeta i verksamheten, som inledningsvis håller till i Kulturrummet i Visby innerstad (tidigare Kulturskolans lokaler). Lokalen rymmer danssal, replokal, slöjdutrymmen, scen och plats för workshops.

Verksamheten är kostnadsfri och erbjuder aktiviteter, workshops och upplevelser på mötesplatsen Kulturrum i Visby. De kommer även att dyka upp på olika platser på landsbygden. Inledningsvis riktar man sig till kulturintresserade unga, men målet är att nå en bredare grupp genom samarbete med aktörer som Leader Gute, KAA (kommunala aktivitetsansvaret för unga som inte går i gymnasiet), Gotlandsmusiken, kulturinstitutioner och RF-SISU.

Ungdomar ska också uppmuntras att själva arrangera aktiviteter. Ett kulturstöd på totalt 50 000 kronor per år ska kunna sökas av unga genom en enkel ansökan där de beskriver sin idé. De använder även annan del av verksamhetsbudgeten för att realisera ungas initiativ. Exempelvis genom Ung musik Gotland, där det finns budget för unga att arrangera egna konserter

Vad de vill uppnå: Målet är att skapa mötesplatser där fler unga får möjlighet att mötas och att utveckla sitt kulturintresse. Verksamheten ska bidra till meningsfulla fritidsaktiviteter, nya intressen och trygghet i att utöva sina intressen. Det övergripande målet är att främja ungas psykiska välbefinnande.

Uppföljning: De kommer att följa statistik över hur många unga de träffar. De kommer också att ha ett ungdomsråd där de har dialog med unga och hela tiden kan utvärdera om de gör rätt saker.

Bakomliggande logik och beslut: Ett politiskt beslut har fattats om att satsa på kultur för unga som ett sätt att främja psykisk hälsa. Beslutet grundas i aktuell statistik om ungas mående på Gotland, forskning om kulturens positiva effekter samt dialoger och enkäter med unga. Verksamheten ska präglas av ungas inflytande. Inspiration har hämtats från tidigare Fenix ungkulturhus och liknande verksamheter i Sverige.

Finansiering och tillgänglighet: Verksamheten finansieras långsiktigt inom rambudget för kulturenheten i Region Gotland. De kommer att arbeta för att verksamheten ska vara tillgänglig för alla ungdomar, oavsett vilken bakgrund de har. De skulle t.ex. aktivt kunna hjälpa vissa unga, som behöver det, att komma till verksamheten. Att lokalen för Kulturrum ligger i Visby innerstad kan upplevas som otillgängligt för de unga.

Kulturstödet som de unga kan söka från potten med 50 000 kronor per år räcker till ca fem projekt.

Planerad utveckling: De kommer att söka projektmedel och jobba med demokratiutveckling genom att öka ungas inflytande.

Önskad utveckling: De önskar att potten för kulturstödet var större och att Solberga badhus i Visby gör som till ett kulturhus när nya simhallen är klar.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande eftersom den motiverar unga att delta i kulturaktiviteter och att vara kreativa, och att de faktiskt möjliggör att unga kan genomföra sina egna kreativa idéer. Att det finns planer på att få bättre lokaler bedöms som positivt då insatsen därmed blir mer tillgänglig för unga. Det ses dock som begränsande att budgeten för utdelande av bidrag är 50 000 kronor och pengar kommer därmed inte att kunna delas ut till så många unga. Med en större budget skulle insatsen kunna nå fler unga.

Polismyndigheten Gotland (intervju 25-06-09)

Polisen på Gotland har inga specifika insatser riktade enbart mot ungas psykiska välbefinnande, men deras generella arbete påverkar ungas mående positivt och de har utåtriktade insatser mot högstadie- och gymnasieelever.

Målgrupp: Polisen är till för alla på Gotland. Särskilda utåtriktade insatser på skolorna görs i årskurs 7–9.

Beskrivning: Polisen arbetar både reaktivt med brott och med brottsförebyggande i nära samverkan med andra aktörer som socialtjänst, hälso- och sjukvård samt skola. De deltar t.ex. i sociala insatsgrupper kring unga med normbrytande beteenden kopplade till kriminalitet.

De har ett särskilt skolansvar, vilket innebär att uniformerade poliser besöker skolor på högstadie- och gymnasienivå för att bygga relationer med unga. De träffar även ungdomar på fritidsgårdar och i krogmiljöer. Bemötande är ett viktigt verktyg – poliser fungerar både som myndighetsrepresentanter och som vuxna som ser och lyssnar på unga. De kan ha samtal om hur unga mår och vid behov lotsa dem vidare till andra verksamheter.

Vad de vill uppnå: Det övergripande målet är att minska brottsligheten och öka tryggheten, vilket i sig bidrar till ungas psykiska välbefinnande. I möten med unga kan poliser bidra till bättre mående genom att skapa förtroende och ge stöd. Unga möter ofta oro i sin vardag och omvärld, och polisen kan genom samtal ge en nyanserad bild som kan minska oro och skapa trygghet.

Uppföljning: Polisen följer statistik över brott och antal skolbesök, men har i övrigt begränsad uppföljning av effekterna av sitt arbete, för unga. Eftersom mycket av arbete är reaktivt är det lätt att i det förebyggande arbete snabbt gå från lägesbild till åtgärder utan att en djupare analys av problemet har gjorts.

Bakomliggande logik och beslut: Polisen utgår från sitt grunduppdrag men ser också värdet i att kraftsamla för att bidra till ungas psykiska välbefinnande. Det finns dessutom många paralleller till det brottsförebyggande arbetet. De utgår mycket från vad andra verksamheter kan berätta om hur ungas situation är för att kunna göra rätt val av insatser.

Arbetet i samverkan med andra verksamheter utgår också från nationella direktiv som t.ex. om brottsförebyggande arbete i kommuner och regeringsuppdrag om barn och unga i organiserad brottlighet.

Planerad utveckling: Ett prioriterat område är att utveckla en mer kunskapsbaserad arbetsprocess, där åtgärder väljs utifrån evidens. Polisen vill stärka samarbetet med universitet och forskning samt förbättra uppföljningen av sina insatsers effekter. De behöver också arbeta mer med prevention kring mäns våld mot kvinnor, eftersom det våldet skapar nya generationer av våldsanvändare. De skulle också behöva vara mer i digitala miljöer där unga rör sig. Vidare behöver de bli bättre på att träffa unga och få deras perspektiv, inte bara på polisens arbete utan också på hur de faktiskt mår och vad de upplever pågår i samhället just nu.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt genom deras roll i att skapa trygghet i samhället och att det finns till för att hjälpa och tar ansvar för att skydda individer. Det är positivt att polisen har en tydlig vilja att utvecklas och förbättras, men samtidigt saknas uppföljning av insatserna vilket kan göra det svårt att särskilja vilka delar som har störst effekt. Polisen gör mer än det som syns utåt och är känt för alla så det hade varit bra att visa det mer för att öka tryggheten i samhället. Det är också viktigt att polisen har tillräckliga resurser och att folk vill utbilda sig till poliser.

Anhörigstödet inom Region Gotland ger avgiftsfritt stöd till personer från 18 år, på plats i Visby, Hemse, Slite eller via telefon.

Målgrupp: Stödet riktar sig till personer som hjälper, stödjer eller ger omsorg till någon i sin närhet. De flesta som söker stöd är anhöriga till personer med psykisk ohälsa. Bland föräldrar är det vanligast att barnen är runt 18–20 år, eftersom många väntar med att söka hjälp tills symtomen blir mer allvarliga. Många skulle dock ha behövt stödet tidigare, då de ofta känner sig ensamma och saknar någon att prata med. Det är vanligare att mammor söker stöd än pappor, även om fler pappor nu börjar söka hjälp – ofta för praktiska frågor, men med ett underliggande behov av känslomässigt stöd. Generellt uppfattar de att fler män skulle må bra av kontakt med anhörigstödet, men det är svårt att nå ut till dem. Arbetsgivare med många män anställda skulle kunna uppmärksamma detta i medarbetarsamtal och uppmuntra kontakt med anhörigstödet. Vidare möter de få anhöriga till personer med cancersjukdom, troligen för att dessa får stöd från andra verksamheter.

Beskrivning: Stödet ges genom individuella samtal, upp till sex gånger, eller deltagande i anhöriggrupper med personer i liknande situation. Det handlar om känslomässigt stöd, hjälp att strukturera vardagen och praktisk vägledning till samhällsstöd. Samtalen är inte terapeutiska eller behandlande, och metoden som används är motiverande samtal (MI).

Vad de vill uppnå: Målet är att den anhörige ska kunna må så bra som möjligt, få prata om sin situation och få möjlighet att hitta egna strategier för att ta hand om sig för att orka vårda eller stötta sin närstående. Att träffa andra i liknande situationer och höra deras berättelser ger styrka. Att få hjälp att hitta rätt stöd i samhället bidrar också till förbättrat mående. Föräldrar som mår bättre kan ge bättre stöd till sina ungdomar, vilket i sin tur påverkar deras välbefinnande positivt.

Uppföljning: Enkäter har genomförts för att mäta nöjdhet, men uppföljning är svårt eftersom upplevelsen beror mycket på vilken anhörigkonsulent man mött och konsulenterna har olika kompetens inom olika områden. Medarbetarna på anhörigstödet uppfattar att stödet har bra resultat för föräldrar med barn som neuropsykiatrisk funktionsnedsättning (NPF).

Bakomliggande logik och beslut: Enligt socialtjänstlagen ska kommunen erbjuda anhörigstöd till alla som vårdar eller stödjer en anhörig. Grupper för anhörigstöd anpassas efter de behov som uppfattas. Inom Region Gotland ansvarar socialförvaltningens anhörigstöd för personer från 18 år. Familjestödsenheten ansvarar för stöd till personer mellan 8–17 år. MiniMaria ger stöd till anhöriga till personer upp till 24 år med beroende- eller missbruksproblematik.

Finansiering och tillgänglighet: Tillgängligheten är god. Efter anmälan kontaktas den anhöriga inom cirka en vecka, och individuella samtal bokas inom ytterligare en vecka. Möjligheten att nå anhörigstödet via, e-tjänst, telefon eller mail med snabb återkoppling ökar tillgängligheten. På Region Gotlands hemsida finns en e-tjänst där man kan fylla i att man vill ha kontakt med anhörigstödet. Även personal som möter anhöriga i sin tjänst kan göra e- anmälan.

Antalet platser i anhöriggrupperna är begränsat, vissa grupper blir snabbt fullbokade. Det finns ett stort behov av föräldragrupper kring NPF, där man erbjuder en grupp per termin.

Planerad utveckling: I höst startas en anhöriggrupp kring cancer. Då startas även en grupp för anhöriga till barn med problematisk skolfrånvaro eftersom de sett ett stort behov av det.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt för de som får stöd där eller för unga vars föräldrarna får eget stöd så att de i sin tur kan vara ett bättre stöd för sina barn. Det är viktigt att föräldrar nås av information att anhörigstödet finns och att det finns plats i grupper för de föräldrar som önskar det, till exempel om NPF.

Familjestödsenheten inom Region Gotland är en avgiftsfri verksamhet som erbjuder stöd till föräldrar och barn både genom öppen verksamhet och biståndsbeviljade insatser.

Målgrupp: Barn och ungdomar 0 till och med 20 år på Gotland och föräldrar i familjer som om behöver stöd för att förbättra sina familjerelationer. Även barn och ungdomar 0–21 år som har närstående som till exempel har skadligt bruk eller beroende (alkohol, narkotika, spel om pengar), psykisk sjukdom, funktionsnedsättning, allvarlig fysisk sjukdom/skada, eller som dör.

Beskrivning: I den öppna verksamheten söker familjer själva stöd och får kortare insatser. Den biståndsbeviljade delen kräver utredning och beslut av socialsekreterare, ofta efter orosanmälan eller egen kontakt, och innebär längre insatser med tydliga mål.

De arbetar systemteoretiskt så att hela familjen involveras och föräldrar stärks. Evidensbaserade metoder används, utifrån vilket problem som behöver påverkas. I den öppna verksamheten erbjuds till exempel föräldrautbildningen Komet-tonår för föräldrar till ungdomar 13–18 år med återkommande konflikter. Föräldrarna träffas i grupp med hemuppgifter mellan gångerna. I den biståndsbedömda verksamheten kan föräldrarna även erbjudas Komet-tonår individuellt.

Den öppna verksamheten träffa olika verksamheter för samverkan så att de andra verksamheterna blir medvetna om familjestödsenhetens arbete och kan slussa familjerna dit.

För ungdomar som är anhöriga handlar stödet ofta om att få kunskap om föräldrarnas problem/sjukdom och om sina rättigheter.

Vad de vill uppnå: Målet är att stärka barn, ungdomar och föräldrar så att barn kan bo kvar hemma och placeringar undvikas, exempelvis genom minskade konflikter. I de biståndsbedömda insatserna är målet att förändra livssituationen för barn som inte mår bra hemma. Komet-tonår syftar till att förändra föräldrars bemötande för att minska konflikter och påverka ungdomars beteende positivt. Utbildningen har visat goda resultat för ungas hälsa och minskat normbrytande beteende.

Utvärderingar visar att de flesta familjerna känner sig bekräftade i verksamheten.

Uppföljning: Individuella uppföljningar görs för att bedöma behandlingens effekt. Brukarundersökningar används för att identifiera fokusområden att utveckla vidare.

Bakomliggande logik och beslut: Verksamheten är en del av socialförvaltningens uppdrag inom Region Gotland och följer Socialtjänstlagens riktlinjer. De följer forskning, statistik, aktuella behov i verksamheten och brukarundersökningar för att anpassa verksamheten utifrån det.

Tillgänglighet: Till den öppna verksamheten kan man komma direkt, om inte gruppstart behöver väntas. Den biståndsbedömda delen kräver en utredning som får ta max fyra månader, därefter ges insatser direkt. De ser att anmälningar ökar inför jul- och sommarlov, ofta på grund av oro från skolan vid skolformsbyte. Komet-tonår ges en gång per termin.

Planerad utveckling: Inom öppna verksamheten ska de arbeta mer med att få till tidiga insatser för unga med normbrytande beteende. De vill också prata mer med unga själva om hur de kan möta dem bättre och tidigt. De skulle också vilja kunna utveckla alternativa kontaktsätt med ungdomar, t.ex. via sms men det finns ingen tydlig plan för det ännu eftersom det finns många tekniska- och sekretessmässiga hinder för det.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande eftersom hemsituationen och familjen är en stor och viktig del av en ung persons liv. Att verksamheten har planer på att arbeta mer förebyggande för att fånga unga personer är positivt. Att de strävar efter att samtala med unga mer om deras verksamhet är viktigt och det är angeläget att planerna verkligen blir av och gärna tillsammans med andra aktörer. Insatsen skulle också kunna nå fler unga om de fick till mer digitala lösningar, vilket är viktigt att komma vidare med.

Gutegymnasiet är en skola i Visby som drivs i privat regi.

Målgrupp: Eleverna på skolan.

Beskrivning: De gör många olika insatser för att eleverna ska kunna uppnå målen i skolan. Det är t.ex. sådant som stödjer skolkärväro och studieresultat men också sådant som stödjer att de mår bra, känner sig sedda, trygga och uppleva att de ingår i ett socialt sammanhang. Utgångspunkten är att alla elever ska få stöd, "det ligger i basen" så att det inte är riktat mot bara de som har störst risk för att inte klara skolan. Exempel på saker de har på skolan som påverkar elevernas välbefinnande:

-*Trivselregler och likabehandlingsplan.*

-*Gratis frukost* varje dag där vuxna äter med eleverna.

- *Reserverat lunchbord för den som vill ha sällskap*, bemannat av specialpedagog/speciallärare.

-*Specialpedagog och speciallärare* rör sig bland eleverna och checkar av hur de verkar må och hur de har det socialt. De uppmuntrar till samtal mellan elever.

- Samarbete mellan alla olika yrkesroller, inklusive kaffispersonal, för att stötta elever. Stöd kan planeras redan innan skolstart utifrån överlämningsinformation från högstadiet.

-*Morgonmöte varje måndag* då elevärenden lyfts, t.ex. om elever som är ensamma, har frånvaro eller som mår dåligt.

-*Stöd för nya elever* efter behov för att de ska komma in rätt på skolan. Exempelvis kan specialpedagog och speciallärare möta upp utanför skolan, genom att de har kontakt via sms.

-*Elevhälsans arbete* med bl.a. *elevhälsteam*

-*Samverkan mellan skolan och föräldrar/vårdnadshavare.*

-*Studioteket* som är öppet för alla under skoldagen och bemannas av specialpedagog/speciallärare. Elever kan få hjälp med uppgifter, plugga eller ta rast i lugn miljö. Det är drop-in, men vissa har schemalagd tid där.

-*Mentorer i våldsprevention (MVP)* som är ett förebyggande arbete för att öka tryggheten i skolan med syfte att få alla runt omkring att reagera på våld.

Vad de vill uppnå: Målet är att uppnå goda skolresultat. För att nå det strävar de efter att eleverna känner sig trygga, att de ingår i ett socialt sammanhang och att varje elev ska få vara sig själva. Tryggheten upplevs hög på skolan enligt eleverna svar på enkäter.

Uppföljning: De gör elevenkäter med frågor om bl.a. upplevd trygghet i skolan och de följer statistik för studieresultat. Resultaten följs upp under analysdagar.

Bakomliggande logik och beslut: De har uppdrag att bedriva gymnasieskola, i privat regi, med mål att elever ska klara studierna. De utgår också från en värdegrund som bl.a. bygger på att alla elever ska vara trygga i skolan och bli sedda och gör flera basåtgärder för det (se ovan) och de gör åtgärder utifrån analys på resultat på elevenkäter och statistik om studieresultat. Åtgärder görs när de uppfattar signaler på att elever inte mår bra, är ensamma, inte klarar studierna eller har frånvaro.

Planerad utveckling: De har påbörjat diskussioner med eleverna i år ett om att utveckla utemiljön med t.ex. basketkorgar och cornhole-spel för att skapa sociala ytor där det finns sätt att skaffa kompisar.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande. Skolan gör många olika insatser, stora som små, och vissa kommer var bra för alla och vissa för de som behöver just de insatserna. Deras planer på att utöka sociala ytor och aktiviteter ses som bra eftersom det kan bidra till att man kan hitta nya vänner snabbare och ha mer roligt mellan lektioner. Andra skolor skulle kunna göra liknande insatser, om de inte redan gör det.

Skolkuratorer i barn- och elevhälsan inom Region Gotland finns på alla högstadieskolor och på Wisbygymnasiet. Det är kostnadsfritt att träffa skolkuratorerna.

Målgrupp: Elever i högstadiet och gymnasiet

Beskrivning: Kuratorerna har enskilda samtal när eleverna är i behov av det som identifierats av eleven själv, av vårdnadshavare, medarbetare på skolan, via annan kontakt i elevhälsan eller via elevhälsoteamet. I samtalet pratar de utifrån elevens unika situation och problem och det kan handla, till exempel om hemsituation, våld, skolsituation, fritid, hur det är socialt, hur det är med sömn, stress och hur måendet är. De träffar klasserna i årskurs 7 och pratar om stress.

Kuratorerna ger stöd till mentorer i bemötandet av klasser eller enskilda elever. Vissa kuratorer är instruktörer i Första hjälpen till psykisk hälsa (MHFA) och utbildar medarbetare på skolan i det, framförallt socialpedagoger. Kuratorerna kan också tipsa föräldrar om föräldrastöd och informera om olika saker på föräldramöten. Vissa kuratorer är utbildade och håller i föräldrautbildning riktad till tonårsföräldrar (se insatsen ABC-tonår). De deltar också i olika utvecklingsarbeten på skolan om till exempel värdegrundsarbete, skärmanvändning och utifrån platsen Gotlands övergripande mål att få ungdomar att klara av gymnasiestudier.

Vad de vill uppnå: Målet är att ungdomarna ska klara skolan och att de får med sig strategier för att klara resten av livet. Verksamheten bygger på att skapa goda relationer med eleverna och att de kan prata om det som de behöver prata om. Kontakten med kurator kan även bidra till att deras tröskel att söka hjälp sänks efter kontakt med kurator. Det är svårt att veta vilken effekt det haft för den enskilde eleven eftersom det inte mäts på individnivå.

Uppföljning: De gör statistik över hur många elever de träffar och hur många enskilda samtal de har. De följer också resultat på enkäterna från skolsköterskornas hälsobesök i årskurs 8 och år 1 på gymnasiet och följer statistik på hur eleverna når målen i skolan.

Bakomliggande logik och beslut: Enligt skollagen ska det finnas psykosocialt arbete i skolan så kurator inom elevhälsovården är obligatorisk i högstadiet och gymnasiet. Behovet bland ungdomar följer de via statistik om skolresultat och svar på frågor om mående och levnadsvillkor, bland annat vid hälsoundersökningen.

Finansiering och tillgänglighet: Skolkuratorer i Region Gotland finansieras inom rambudgeten för regionens barn- och elevhälsa. Vanligtvis får eleven en tid inom två veckor men ibland kan det vara svårt att få plats för samtalen och kuratorerna får prioritera i sitt arbete.

Planerad utveckling: Kuratorerna ingår i en arbetsgrupp för att se vilket suicidpreventivt program de ska arbeta med framöver i klasserna. De jobbar med ständiga förbättringar för att bland annat nå ut till alla elever som behöver stöd från dem.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Bedömningen är att insatsen har möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom själva syftet med rollen är att stötta unga i att må bättre. Det är positivt att kuratorer arbetar både på gruppnivå och individuellt, bland annat genom program för suicidprevention och genom att ta fram material som mentorerna kan använda i klassrummen vilket gör att fler kan fånga upp elevers behov av stöd i skolan. Det är viktigt att kuratorernas arbete utvärderas eftersom det då bli tydligt att stödet gör skillnad. Kännedomen om elevhälsans roll i att främja ungas psykiska välbefinnande behöver lyftas fram i skolorna och det behöver säkerställas att kuratorsrollen verkligen är bemannad och fungerar på alla skolor, oavsett storlek och placering.

Föreläsning om stress i årskurs 7 görs av skolkuratorer i alla klasser en gång per år, i skolor inom Region Gotland.

Målgrupp: Elever i årskurs 7

Beskrivning: Två kuratorer föreläser för respektive klass i årskurs 7 vid ett tillfälle, ofta på mentorstid. Alla kuratorer som föreläser använder samma power-point-presentation, med samma talmanus.

Vad de vill uppnå: Målet är att informera om stress och om vilka metoder man själv kan använda för att minska och hantera stress. Det är även att informera om var och när man kan söka hjälp för hög stressnivå, på skolan men också utanför. Insatsen förväntas öka kunskapen om stress bland eleverna.

Uppföljning: Eleverna får svara på några frågor direkt efter, t.ex. om det var något de lärde sig som var nytt, om det var något de hade nytta av eller om de redan kunde allting. Lärarna gör också en utvärdering där de får svara på om de saknade något och hur de upplever elevernas behov av den.

Bakomliggande logik och beslut: Föreläsningen ingår i det psykosociala programmet inom barn- och elevhälsan i Region Gotland, en långsiktig insats. Den är utformad lokalt på Gotland. Klassbesöken om stress i årskurs 7 infördes utifrån rapporter om hög och ökande förekomst av stress bland skolelever. Insatsen görs i årskurs 7 eftersom enkäten vid hälsosamtalen med skolsköterska i årskurs 8 visar högt utslag på stress. Utifrån utvärderingarna av insatsen görs förändringar årligen, ibland mindre och ibland mer omfattande ändringar.

Tillgänglighet: Målet är att alla klasser i årskurs 7 ska få föreläsningen under höstterminen men det är svårt att hinna med för kuratorerna. I praktiken får ungefär hälften få den i slutet av höstterminen och hälften under början av vårterminen.

Planerad utveckling: Arbete sker för att ta fram motsvarande information till föräldrar som kan användas på föräldramöten.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Bedömningen är att insatsen har möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt genom att de kan få stöd och tips om hur de ska hantera stressen. Det är positivt att insatserna följs upp för att säkerställa att de gör skillnad. Insatsen är dock begränsad till ett tillfälle och det föreslås att det utökas till fler tillfällen. Det finns även ett värde i att involvera föräldrar mer i det förebyggande arbetet samt att bjuda in andra verksamheter för att prata om stress.

Skolkuratorer: Föräldrautbildningen ABC-tonår (Intervju 25-05-26)

Föräldrautbildningen ABC-tonår är en kostnadsfri utbildning för föräldrar med ungdomar i åldrarna 13–18 år som ges via skolkuratorerna i barn- och elevhälsan i Region Gotland.

Målgrupp: Föräldrar till ungdomar i högstadiet och gymnasiet som vill stärka sina relationer till sina barn.

Beskrivning: Utbildningen riktar sig till alla tonårsföräldrar och inte enbart i familjer där det finns olika problem. Utbildningen handlar bl.a. om tonåren och relationen mellan tonåring och föräldrar, hur man får vardagen att fungera och hantering av konflikter. Den är manualstyrd och ges av kuratorer som gått instruktörsutbildning. Utbildningen ges i grupp 2,5 timme vid fem tillfällen. Information om utbildningstillfällen läggs ut på Region Gotlands hemsida och skickar ut till alla vårdnadshavare via Region Gotlands digitala kommunikationskanal med föräldrar till elever i högstadiet och gymnasiet.

Mål och effekt: Målet är att föräldrarnas relation till ungdomarna ska stärkas. En lugn och trygg hemmiljö främjar i sin tur till bra psykiskt välbefinnande hos unga.

Bakomliggande logik och beslut: Utbildningen är evidensbaserad metod utvecklad av Karolinska Institutet och Stockholms stad, som används nationellt och på Gotland sedan flera år. De håller koll på hur grupperna fylls upp. Tidigare gavs utbildningen både från socialtjänsten och barn- och elevhälsan i Region Gotland men eftersom grupperna i socialtjänsten inte fylldes upp togs ledningsbeslut om att flytta alla utbildningar till barn- och elevhälsan. Tidigare har även utbildningen getts via nätet men eftersom deltagarna då hoppade av vart efter så ges de bara fysiskt nu.

Finansiering och tillgänglighet: ABC-tonår ingår som en del i kuratorsverksamheten, inom budgetram. Den är planerat till kvällstid för att passa vårdnadshavare, cirka två grupper per termin med cirka 10–15 deltagare och grupperna är ibland inte helt fyllda.

Planerad utveckling: Just nu utbildas fler

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Bedömningen är att insatsen har möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande eftersom är vuxna får verktyg att förstå, kommunicera och hantera konflikter bättre så att hemmiljön bli lugnare, vilket påverkar ungas mående direkt. Mindre konflikter och mer förståelse i vardagen är faktorer som gör stor skillnad för det psykiska välbefinnandet. Det är positivt att verksamheten vill utvecklas genom att fler kuratorer ska utbildas i metoden. Det vore dock bra att åter igen involvera socialtjänsten mer i detta arbete för att stärka stödet kring familjen och minska stigma kring att det är läskigt att ha med socialtjänsten att göra. Ett närmare samarbete skulle kunna leda till att fler vågar ta stöd även från socialtjänsten vilket är ett viktigt stöd för tonårsföräldrar. Ett annat förslag är att öka uppmärksamheten om utbildningarna så att de når fler vuxna som i förlängningen kan stötta sina unga på ett bra sätt.

Skolsköterskor i högstadier och gymnasiet inom Region Gotlands barn- och elevhälsa (intervju 25-05-22)

Skolsköterskornas arbete inom barn- och elevhälsan i Region Gotland, för främjande av ungas psykiska välbefinnande i högstadiet och gymnasiet baseras mycket på hälsosamtalen i årskurs 8 och år 1 på gymnasiet. De har även öppen mottagning och gör insatser i klasser och grupper.

Målgrupp: Elever i högstadiet och gymnasiet (i skolor drivna av Region Gotland).

Beskrivning: Alla elever i årskurs 8 och år 1 på gymnasiet erbjuds ett hälsosamtal med skolsköterska där de innan eller i samband med samtalet svarar på en enkät. Den innehåller frågor om mående och levnadsförhållanden, t.ex. om vad man har det i skolan, vad man gör på fritiden, hur man är med sömn, kost, fysisk aktivitet, tankar och känslor. Det är också frågor om våld, alkohol, narkotika, tobak, droger och spel om pengar. Skolsköterskorna har också öppen mottagning där elever i alla årskurser kan komma när de har behov. De jobbar individuellt med eleverna för att stärka de områden där eleven behöver stöd, t.ex. via motiverade samtal och de kan remittera vidare vid behov till bl.a. skolläkare och första linjens mottagning för psykisk hälsa.

Skolsköterskorna ingår i elevhälsoteamen på skolan där bl.a. rektor, specialpedagog, kurator, skolsköterska, psykolog och studie- och yrkesvägledare (SYV) samverkar för att stödja elever som har olika problem, t.ex. hög frånvaro. De gör också insatser på gruppnivå, t.ex. att prata om levnadsvanor eller pubertetsutveckling i klasser eller jobba tillsammans med grupper av unga där det varit "tjafsigt". De kan också ta fram material som lärarna kan använda i undervisningen.

Vad de vill uppnå: De vill stärka elevernas hälsa, bl.a. det psykiska välbefinnandet och stödja dem till att få hjälp om de inte mår bra, så att de ska må bra och kunna nå målen i skolan. När eleverna får prata med om sin hälsa med skolsköterskan så kan de med stöd sedan ta mer och mer ansvar för sin egen hälsa. Skolsköterskorna kan också fånga upp problem och hjälpa till med stöd som behövs.

Uppföljning: Svaren på frågorna vid hälsosamtalen analyseras på gruppnivå och används som underlag för insatser på skolorna, till exempel på klassnivå där olika utbildningsinsatser kan göras.

Bakomliggande logik och beslut: Det är lagstadgad verksamhet som följer barn- och elevhälsans nationella basprogram. Genom att följa statistik från hälsosamtalen och rapporter från bl.a. Folkhälsomyndigheten håller de koll på vilka behov som kan finnas av stöd till eleverna.

Finansiering och tillgänglighet: Det är en långsiktig verksamhet som görs inom ramen för uppdrag och budget för barn- och elevhälsan i Region Gotland. Tillgängligheten till skolsköterska kan variera mellan olika skolor och i olika perioder över året, t.ex. finns det mindre tid för öppen samtalsmottagning i perioder när hälsosamtalen i årskurs 8 och år 1 på gymnasiet genomförs. Normen är 400 elever per 100% skolsköterska.

Planerad utveckling: Planer pågår för att införa ett nytt suicidpreventivt program som de ska använda regelbundet strukturerat i högstadiet.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt. Det finns dock erfarenhet av att skolsköterskan inte varit så tillgänglig på vissa skolor, vilket ses som angeläget att påverka. Fler skolsköterskor skulle möjliggöra en bättre tillgänglighet. Nyckeltalet med 400 elever/skolsköterska kanske inte är hållbart om det medför en risk att elever faller mellan stolarna och inte får den hjälp och uppföljning som behövs. Vidare är ett förslag är att det vore bra att ha strukturerade hälsosamtal även i de andra åren på högstadiet och gymnasiet. Det behöver också säkras att ungdomar känner till vilka resurser som finns tillgängliga inom elevhälsan, t.ex. kan det var okänt för dem att det finns tillgång till skolläkare.

På Solbergaskolan görs insatser inom den generella verksamheten som uppfattas påverka elevernas psykiska välbefinnande positivt. Förutom undervisningen som i sig bidrar till kunskap som påverkar välbefinnandet positivt organiseras t.ex. olika aktiviteter.

Målgrupp: Eleverna på skolan.

Beskrivning: Exempel på aktiviteter är värdegrundsdag och temaveckor som eleverna planerar.

Vad de vill uppnå: Skolan ska bidra till att unga får bra psykiskt välbefinnande. De kan bidra genom att få unga människor att känna som har en meningsfull framtid och tro på sig själva. För att nå det är det viktigt med stimulans i undervisningen, att den känns viktig för eleverna, så att de behåller sin nyfikenhet genom högstadiet. Skolan har en viktig uppgift i att få eleverna att känna att man genom att gå i skolan kan komma någonstans och få en mening i livet, att de kan känna att de har jag kunskapen med sig och kan utveckla någonting de vill göra i livet.

Uppföljning: Rektorerna i högstadieskolorna som drivs av Region Gotland har infört en elevenkät som genomförs varje år i samtliga årskurser. Den används som grund för att göra insatser som behövs för att förbättra elevernas mående och deras skolsituation. I samband med hälsosamtal med skolsköterska besvarar eleverna i årskurs 8 också enkäter om hur de mår och har det i skolan och i livet.

Bakomliggande logik och beslut: De utgår från målet i den regionala utvecklingsstrategins genomförandeprogram för social hållbarhet som anger att det psykiska välbefinnandet ska förbättras i befolkningen.

Planerad utveckling: De arbetar med ständiga förbättringar med utgångspunkt från de regelbundna enkätundersökningarna i skolan.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Skolans insatser bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande i hög grad genom att skapa samhörighet och främja fysisk aktivitet men också att det påverkas av skolans grunduppdrag. Det är positivt när skolan tar initiativ som stärker gemenskap och rörelse men mer bedöms kunna göras, t.ex. genom att bjuda in externa aktörer som kan bidra med kunskap om relationer, livsfrågor och personlig utveckling vilket har stor betydelse för hur man mår. Även den fysiska miljön lyfts som viktig då en funktionell skolmiljö kan underlätta fokus och koncentration vilket i sin tur stärker det psykiska välbefinnandet.

Solbergaskolan: Mobilfri skoldag (intervju 25-05-22)

Mobilfri skoldag vid Solbergaskolan infördes höstterminen 2025.

Målgrupp: Alla elever på skolan.

Beskrivning: Eleverna lämnar in mobiltelefonerna på morgonen och så får de tillbaka dem på eftermiddagen efter skolan.

Vad de vill uppnå: Målet är att elever ska känna sig trygga när de är i skolan och att tränas i att vara sociala och kunna föra samtal med andra. De tror att elevernas psykiska välbefinnande kommer att påverkas positivt när de inte har en skärm och istället hittar på andra saker för att det inte ska bli tråkigt. De tror det kommer att bli lugnare på skolan och att det blir mer samtal mellan eleverna.

Uppföljning: Innan insatsen görs en enkät till eleverna i varje klass och sedan kommer den upprepas i höst efter att insatsen införts. Utöver det kommer de att se på resultat från skolan enkät som mäter bland annat trygghet och studiero och upplevd hälsa mäts via den enkät som görs via skolsköterskorna gör vid hälsosamtalet i årskurs 8.

Bakomliggande logik och beslut: Mobilfri skoldag har tidigare införts i Högbyskolan och Solklintsskolan och många skolor i Norge har infört det.

På Solbergaskolan har skolledningen och socialpedagogerna gjort ett förarbete och sedan tog barn- och elevhälsan fram ett material om vad det har för positiva effekter av att införa en mobilfri skoldag. De föreläst för personalen och för föräldrar om positiva effekterna av mobilfri skoldag. Elever har fått komma med synpunkter kring vad skolan behöver tänka på inför ett införande. Många elever har reagerat negativt inför införandet men vid test har också positiva reaktion framkommit. Test gjordes vid fem olika dagar och då samlades synpunkter in från personalen om praktiska saker som vad som inte fungerat så bra. De har också fått in lite synpunkter från eleverna efter testen. Utifrån synpunkterna har de gjort förändringar inför nästa testdag.

Finansiering: De har behövt göra en del inköp som tagits inom skolans budget, t.ex. att köpa in kortläsare till kafeterian som behövts när eleverna inte längre kan betala med swish.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt men det finns delade uppfattningar i gruppen. Insatsen kan ses som positiv eftersom den kan öka sociala kontakter och minska mobilberoende under skoldagen vilket i sin tur kan bidra till bättre psykiskt välbefinnande. Samtidigt finns risk för att det kan skapa stress och oro då mobiltelefonen kan ses som en trygghet för eleverna. Det finns också erfarenheter som talar för att många använder skoldatorn istället och då påverkas inte välbefinnandet i den utsträckning det var tänkt från början. En synpunkt är att det egentligen inte räcker med att eleverna bara tillfrågats efter att vuxna i skolan planerat för en insatsen utan det är önskvärt att eleverna får vara delaktiga i större utsträckning innan beslut tas. Det är viktigt att elever involveras i beslut som påverkar deras vardag.

Studie- och yrkesvägledning i högstadiet inom Region Gotlands skolor (intervju 25-06-18)

Studie och yrkesvägledning finns genom studie- och yrkesvägledare, SYV, i högstadiet inom Region Gotland och ska finnas tillgänglig i alla högstadieskolor och kontakten är kostnadsfri för elever och vårdnadshavare.

Målgrupp: Alla lever i högstadiet.

Beskrivning: SYV stödjer eleverna att vidga sina perspektiv så att deras handlingsmöjligheter blir större. De jobbar med a) *insikt* om självkännedom, till exempel om vad man gillar och har för intressen; b) *utsikt* om vad det finns för möjliga val av till exempel gymnasieprogram och arbeten och c) *framsikt* om hur gymnasievalet går till och hur man skaffar sig kapacitet för att kunna göra valet.

Individuella samtal är centrala. I årskurs 9 är ett vägledningssamtal obligatoriskt. Ibland görs andra samtal med alla elever, till exempel korta samtal inför praoperioden i årskurs åtta, men det kan skilja mellan skolorna. Andra samtal sker vid behov, identifierat av eleven, vårdnadshavare, mentor eller elevhälsoteamet. Antalet samtal anpassas efter behov, särskilt för elever med mindre stöd hemifrån. Ibland involveras även vårdnadshavare.

SYV deltar i elevhälsoteamet och kan bidra till att minska skolstress, exempelvis genom planering av reducerade ämnen eller anpassad studiegång med praktik.

SYV arbetar även i klassrummen med övningar kring att göra olika val och om självkännedom, och försöker nå alla årskurser.

De är involverade i planeringen av prao (obligatoriskt i åttan och nian) samt gymnasiebesöksdagar för elever med behov av det. SYV deltar också i Framtid Gotland – en mässa för elever i årskurs 8 och 9 samt deras vårdnadshavare. SYV är även ute i skolmiljön, exempelvis i kafeterian, och interagerar med eleverna.

Vad de vill uppnå: Målet är att elever ska känna sig trygga och redo inför övergången till gymnasiet, och att deras val efter årskurs 9 är välgrundade.

Uppföljning: SYV följer upp elever de haft kontakt med genom samtal. Vissa SYV har börjat använda enkäter för att utvärdera vägledningen inför gymnasievalet.

Bakomliggande logik och beslut: Skollagen kräver att skolan förbereder elever för vidare utbildning och arbetsliv, där SYV är en del. Alla högstadieskolor i regionen har tillgång till SYV.

Finansiering och tillgänglighet: Uppdraget för SYV i högstadiet finansieras inom ram för regionens samlade organisation för SYV inom Avdelningen arbetsliv och etablering i Region Gotland.

Planerad utveckling: SYVarna på högstadiet fortsätter arbete för likvärdighet i studie- och yrkesvägledningen i alla regionens högstadieskolor. De önskar också att ämnet blir mer integrerat i lektionerna och bärs också av lärarna och inte bara av SYV.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom det kan påverka så man blir mer säker på sitt val till gymnasiet och inför sin framtid. Det vore dock bra om alla fick fler individuella samtal, och inte bara obligatoriskt i årskurs 9 och när man själv har ett behov för samtal. Om det tas upp tidigare och mer regelbundet kan tankarna utvecklas över tid. Det är också positivt om skolan kan utveckla konceptet att prata mer om studie- och yrkesvägledning under lektionerna eftersom det är bra att få prata med fler vuxna som komplement till föräldrarna. Det vore också bra att få prata mer om detta med andra elever, till exempel över klassgränser.

Studie- och yrkesvägledare (SYV) på Wisbygymnasiet

(intervju 25-25-06-13)

SYV på Wisbygymnasiet arbetar för att stötta elever i att nå sina mål inom studier och arbetsliv. Kontakten är frivillig och kostnadsfri.

Målgrupp: Alla gymnasieelever, oavsett program och i viss mån även högstadieelever.

Beskrivning: SYV har både administrativa och pedagogiska uppgifter. De följer Skolverkets direktiv kring kursinnehåll, bevakar elevernas närvaro, betyg och måloppfyllelse.

Genom individuella samtal hjälper de elever att reflektera kring val av program, kurser och framtida studier eller yrken. Samtalen utgår från elevens behov, inte skolans perspektiv. Vid behov hänvisar SYV vidare till exempelvis specialpedagog eller öppet plugg. SYV ingår i skolans elevhälsoteam och bidrar med insatser för enskilda elever inom sitt kompetensområde.

De är också ute i klasserna och informera om betygssystem, behörighet, utlandsstudier och framtida möjligheter. I årskurs 1 träffar de eleverna flera gånger, särskilt vid kursval. I årskurs 2 påminner de om SYV och i årskurs 3 fokuserar de på information om vidare utbildning och yrkesval.

SYV informerar även högstadieelever om gymnasiet, bland annat via gymnasiemässor och planerade besöksdagar.

De planerar även besöksdagar på gymnasiet för elever som behöver det

Vad de vill uppnå: De vill bidra till att eleverna ska komma mot att nå självuppfyllelse genom att stötta dem att klara gymnasiestudierna, stötta den som behöver och vill byta inriktning på gymnasiet och att sen motivera att hitta en väg till vidare studier eller till ett arbete som passar personen. SYV kan ingjuta hopp och visa på möjligheter så att eleven kommer vidare i sina tankar. De kan också fånga upp "skav" hos eleven och ta det vidare till elevhälsoteamet.

Uppföljning: Någon systematisk uppföljning gör inte. I arbetsteamet tar de ibland upp effekter och eller svårigheter de stöter på i vårt arbete för gemensam reflektion.

Bakomliggande logik och beslut: Enligt skollagen ska alla elever få tillgång till studie- och yrkesvägledning.

Finansiering och tillgänglighet: Verksamheten sker inom ramen för uppdrag inom avdelningen Arbetsliv och etablering, i Utbildnings- och arbetslivsförvaltningen. Respektive skola faktureras sedan för tjänsten studie- och yrkesvägledning, efter överenskommelse om antal timmar/tjänst.

SYV är tillgängliga via e-post, telefon, sms och lärplattformen. De finns oftast på plats mellan 7.30 och 16.30, har öppen dörr och kan erbjuda samtal snabbt vid behov.

SYVarna upplever att det finns ett större behov än vad som kan tillgodoses idag, för eleverna att koppla ihop skolan och arbetslivet. De upplever också att det är svårt att få tillgång till lektionstid för att komma ut i klasserna och informera.

Planerad utveckling: SYVarna vill se en utveckling där studie- och yrkesvägledning blir en naturlig del av undervisningen och jobbar mot det. Ett exempel är att ett av elevhälsoteamen i gymnasiet bestämt att alla i teamet ska gå ut på lektioner och försöka hinna att sitta med på lektioner oftare för att bli en naturlig del av hela undervisningen. Ett annat exempel är att Arbetsliv- och etablering (där SYVarna ingår) pågår ett två-årigt projekt med syfte att studie- och yrkesvägledningen i ett brett perspektiv så att hela skolan är med och jobbar mot arbetslivet. I april 2026 står Arbetsliv- och etablering även som värd för den nationella SSA-konferensen (Samverkan Skola Arbetsliv), i Visby.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt för ungdomar som behöver stöd för att lösa problem eller som inte har någon vidare plan eller tanke på studier eller jobb i framtiden. Kontakten kan minska stress och öka trygghet. Det vore dock bra om ämnet kommer upp mer naturligt i skolan och inte bara i kontakt med SYV, som de själva önskar.

Elevhälsoteam i högstadiet och gymnasiet inom skolor som drivs av Region Gotland (intervjuer mellan 25-05-22 och 25-06-18)

Elevhälsoteam i högstadiet och gymnasiet finns på alla högstadieskolor och Wisbygymnasiet som drivs i Region Gotlands regi. Det innebär att olika professioner i skolan träffas regelbundet varje vecka för att fånga upp och åtgärda problem kring elever i ett tidigt skede. Det medför ingen kostnad för eleven.

Målgrupp: Elever i högstadiet och gymnasiet.

Beskrivning: På gymnasiet leds elevhälsoteamen av rektor och det består även av skolsköterska, skolläkare, skolkurator, skolpsykolog, specialpedagog och studie- och yrkesvägledare. Mentorerna bjuds också in utifrån det som ska tas upp på mötet. Teamet jobbar med ärenden som handlar om individuella elever som t.ex. inte mår bra, har frånvaro eller som riskerar att inte nå målen i skolan. Varje profession ger sitt perspektiv och åtgärder planeras för att stötta eleven. Utifrån studie- och yrkesvägledares perspektiv kan det handla om att t.ex. reducera antalet ämnen eleven läser, att ordna studiebesök eller praktikperioder för eleven. Ur elevhälsans perspektiv kan det handla om att planera för medicinskt, psykologiskt eller psykosocialt stöd.

De har också större elevhälsoteam-möten, t.ex. en gång per termin, där exempelvis alla elevhälsoteam på gymnasiet eller elevhälsoteam från flera skolor träffas för att prata om problem på gruppnivå.

Vad de vill uppnå: Målet är att tidigt fånga och åtgärda problem som elever har så att de ska klara att nå målen i skolan.

Uppföljning: T.ex. på gymnasiet gör elevhälsoteamen utvärdering varje år om vad som varit bra och mindre bra i arbetet och vad som behöver förbättras.

Bakomliggande logik och beslut: Elevhälsoteam för samverkan för att tidigt identifiera problem kring elever och göra tidiga åtgärder rekommenderas av Skolverket och Specialpedagogiska skolmyndigheten. Det är en modell som används i hela Sverige.

Tillgänglighet och finansiering: Arbetet i elevhälsoteam ingår i de olika professionernas uppdrag inom verksamheternas budgetram. Elevhälsoteam finns på alla högstadie- och gymnasiet skolor inom Region Gotland.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt genom att elevhälsoteamet håller koll på elevernas frånvaro och andra problem som eleverna kan ha och att individuella insatser görs vid behov.

Vuxenutbildningen: Kurator (intervju 25-09-10)

Kurator vid vuxenutbildningen inom Region Gotland erbjuder kostnadsfria samtal med elever, på skolan i Visby.

Målgrupp: Eleverna på vuxen utbildningen i Visby, som generellt är från 20 år men det finns undantag då elever från 16 år tas in. Personal på skolan är också målgrupp genom att de kan få ledningsstöd i sitt arbete.

Beskrivning: Kuratorn träffar elever i individuella samtal. Det kan t.ex. vara unga som behöver stöd på grund av stress, oro eller andra problem. En del behöver motiveras till kontakten eftersom de inte har tillit till hälso- och sjukvården och jämsätter kuratorskontakten med vård. Kuratorn på vuxenutbildningen ger dock inte vård utan psykosocialt stöd och för inte journal. Hon har psykoterapiutbildning steg ett och kan hjälpa eleverna att få verktyg att hantera sin situation, utan att det är terapi.

Vid samtalen görs kartläggning om vad personen behöver hjälp med. Om hjälp behövs från någon annan instans hjälper kuratorn till att hitta rätt stöd.

I snitt kommer eleverna för tre samtal men en del kan behöva regelbunden kontakt, till exempel en gång i månaden under en längre tid, för att de ska känna sig trygga.

Kuratorn är ute i alla nya klasser och sedan när lärarna efterfrågar det. Då kan hon prata med eleverna bland annat om hur man kan ta hand om sin hälsa och om riskfaktorer för ohälsa och om hur man kan hantera motgångar och orka plugga även om livet är jobbigt i någon aspekt.

Vad de vill uppnå: De vill stödja eleverna att komma till rätta med sådant som stör förmågan att studera så att de kan fullfölja sina studier. Genom att eleverna får sätta ord på sina problemet så blir de lättare att hantera och de kan få stöd för att hantera dem själv eller att få rätt stöd av andra.

Kuratorn har flera exempel på personer som fått stöd och som klarat sina studier väl och återkopplat att de är nöjda med stödet de fått.

Uppföljning: De gör elevenkäter två gånger per år med frågor om bland annat trivsel och stöd i skolan och om de upplever att de kommer uppnå de resultat som de vill nå.

Bakomliggande logik och beslut: Det finns inte lagkrav på att ha kurator på vuxenutbildningen som det finns inom grundskolan och gymnasieskolan. Kurator i vuxenutbildning finns i ett tjugotal kommuner i Sverige och hos externa aktörer som bedriver vuxenutbildning. Kurator i vuxenutbildningen på Gotland infördes för två år sedan efter beslut från skolchefen vuxenutbildningen. Hon har tidigare arbetat i gymnasieskolan och hade bra erfarenheter från kuratorsverksamheten där och såg ett behov av kuratorsstöd även för elever på vuxenutbildningen. Planeringen inför starten gjordes tillsammans med kurator som också hade erfarenhet av arbete i gymnasieskolan.

Finansiering och tillgänglighet: Finansiering av kuratorn görs inom vuxenutbildningens budgetram. Det är ingen kö för samtal till kuratorn och hon har ett bokningssystem som gör att det går att få akuttid samma dag eller dagen efter, så att eleverna kan få komma direkt när de kommer på att de vill träffa kuratorn första gången.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom det är bra med tillgängliga samtal utan avancerad journalföring som underlättar för unga att säga vad de vill. Det är även bra att det alltid finns tid för akuta ärenden. Det är en insats som borde finnas i all utbildningsverksamhet och bör tillsättas där det eventuellt inte finns redan.

Vuxenutbildningen: UngVux (intervju 25-09-10)

UngVux vid vuxenutbildningen inom Region Gotland är en insats som startade våren 2025, som ett projekt under ett år till att börja med.

Målgrupp: Personer 16–29 år som studerar på vuxenutbildningen i Visby, som av olika skäl har svårt att lyckas med studier och som identifierats inom avdelningen för arbetsliv och etablering inom Region Gotland.

Beskrivning: En ungdomscoach har regelbunden kontakt med personerna under deras studietid för att hjälpa till att hantera och lösa sådant som den unge behöver hjälp med för att kunna klara sina studier. Det kan till exempel vara att följa med som stöd vid kontakt med vården eller socialtjänsten eller att hjälpa den unga att utöka sitt sociala kontaktnät.

Ungdomscoachen har även kontakt med mentorerna och har också möjlighet att hänvisa för stöd även från VUX-stödet som finns på vuxenutbildningen, som är pedagogiskt stöd för den som behöver hjälp med själva studierna.

Vad de vill uppnå: De vill att de unga ska klara studierna på vuxenutbildningen. Insatsen bidrar till det genom att de unga får stöd att påverka sådant som stör deras möjlighet att klara studierna.

Uppföljning: De har inte börjat med det ännu.

Bakomliggande logik, beslut och finansiering: Bakgrunden till insatsen är att bedömning gjordes att det behövs fler funktioner för att stödja elever på vuxenutbildningen som stöd för att klara studierna. De bedömde även att unga som studerar på vuxenutbildningen är en grupp som behöver fångas upp specifikt för att de ska känna sig trygga och få goda möjligheter till att klara studierna. Idén om en coach inom vuxenutbildningen är hämtad från Stockholms stad. Planering av insatsen gjorde tillsammans med avdelningen Arbetsliv och etablering inom Region Gotland och arbetsförmedlingen. Beslutet om införandet togs av skolchefen i vuxenutbildningen.

Insatsen finansieras under det första året av projektmedel från bland annat FINSAM. De ser dock att det finns ett behov av insatsen långsiktigt men beslut om att permanenta insatsen och om budgetmedel är inte taget.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt genom att den anpassas utifrån individens behov så att sådant som försämrar individens förmåga att studera kan tas bort. Det vore dock bra om det var en långsiktig satsning. Det vore också bra om de kan synas mer så att unga vet att den hjälpen finns för de som studerar på vuxenutbildningen.

Hållbar hälsa på Wisbygymnasiet är ett treårigt hälso- och värdegrundsprojekt i samverkan med RF-SISU Gotland.

Målgrupp: Alla elever på Wisbygymnasiet.

Beskrivning: De bjuder in idrottsföreningar till skolan för att informera och ha prova-på-aktiviteter för eleverna, i enlighet med "låga trösklar-metodiken". Det gör att unga kontakter med föreningarna i en trygg miljö, vilket gör det enklare för dem att sedan gå till föreningen själv.

För att motverka stillasittande har skolgården gjorts mer rörelserik med basketkorg, uteschack, pingisbord, discgolf och uteinnebandysarg. Inomhus finns orientering och fler pingisbord, samt ett nybyggt gym.

Rörelsepauser har införts som pedagogiskt verktyg under lektioner för att öka syretillförseln och förbättra koncentration och inläring. Vissa lektioner har förlängts så 15 minuter kan användas för rörelse i klassrummet. De lägger också in rörelse innan nationella prov. Det finns även möjlighet att färglägga mandalas (symmetriska mönster på papper) för att stärka koncentrationen.

Projektledaren (100%) stödjer lärarna i att planera rörelseaktiviteter, och andra aktiviteter. Hon samarbetar med Skol-IF, studentkommittén och RF-SISUs projektledare (50%). Hon ansvarar också för kursen "mental träning", som erbjuds som individuellt val inom vissa program.

Vad de vill uppnå: Projektmålet är att fler unga når WHO:s rekommendationer om rörelse en timme om dagen. Effektmålet är att fler elever går ut med en fullständig gymnasieexamen. De vill också att det ska bli naturligt för alla vuxna på skolan att stödja rörelse bland eleverna, så att det blir en del av skolans värdegrund. Ökad rörelse förväntas leda till att ungdomarna mår bra, hittar ett sammanhang där de trivs och en meningsfull fritid. Förhoppningen är att fler blir aktiva i en idrottsförening. Uppföljning visar positiva steg i rätt riktning och kursen i mental träning har mycket goda resultat.

Uppföljning: I skolans årliga elevenkät finns specifika frågor som relaterar till projektet, bl.a. om psykisk hälsa och fysisk aktivitet. De intervjuar också elever från olika program om vad de har upplevt att projektet gett och om de ser några effekter för egen del och i klassen. De har också nära dialog med elevskyddsombuden om hälsofrågor. Uppföljningarna har lett till att insatserna inom projektet har förbättrats, t.ex. har rörelse i klassrummet och kursen i mental träning tillkommit.

Bakomliggande logik och beslut: Projektet tillkom mot bakgrund av två delar: 1) Minskat antal personer som är aktiva i idrottsföreningar efter coronapandemin och att det är önskvärt att få fler unga att delta i sådan föreningsverksamhet och 2) En betydande andel ungdomar fullföljer inte gymnasiestudierna, troligen i hög grad kopplat till att psykisk ohälsa, vilket skulle kunna gynnas av ökad rörelse bland ungdomar. Planering av projektet gjordes på uppdrag av gymnasiechefen i Region Gotland och chefen för RF-SISU. Projektansökan beviljades för finansiering av Europeiska Socialfonden (ESF). Det är ett unikt projekt i Sverige med den här sortens stöd från projektmedel. Projektet tar slut våren 2026 och det går inte att söka mer pengar från ESF. Wisbygymnasiet och RF-SISU har påbörjat diskussioner om framtiden.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande eftersom rörelse kan leda till att unga mår bättre och att få röra sig under skoldagen är positivt. Att de har ett eget gym och kursen i mental träning bedöms som särskilt positiv. Insatserna behöver vara långsiktiga även efter projektets slut. Insatsen hade kunnat breddas till fler skolor i högstadiet och gymnasiet men även i låg- och mellanstadiet och på universitetet. Permanent införande av en hälsocoach som kan ge stöd och guidning till eleverna vore bra och det kan behövas mer än en eftersom det är många elever på skolan.

Wisbygymnasiet: Relationsskapande inom mentorskapet (intervju 25-05-15)

Relationsskapande inom mentorskapet innebär att mentorer jobbar i klassen med frågor om till exempel självkänsla, normer, samtycke, bemötande och framtid, med stöd av förslag på olika uppgifter inlagda i lärplattformen.

Målgrupp: Alla lever i på Wisbygymnasiet.

Beskrivning: På mentorstiden i klasserna jobbar de med olika frågor med stöd av övningar som finns i lärplattformen. Det kan handla om till exempel att lära sig om studieteknik eller om normer och bemötande av varandra.

Vad de vill uppnå: Målet är att eleverna ska ha psykiskt välbefinnande, att må så bra som möjligt och kunna lyckas till största möjliga mån utifrån sina egna förutsättningar. De ska känna sig trygga i skolan. Aktiviteterna på mentorstiden ska leda till att de lär sig om livet och att man ska må bra och att det är mer fokus i skolan än bara på kunskap som påverkar betygen. Enkäter visar att tryggheten och att fler elever trivs i skolan under den tiden mer tydligt arbete gjorts kring mentorstiden.

Uppföljning: Varje år genomförs en enkät bland eleverna som möter bland annat trygghet och trivsel som påverkas bland annat av den här insatsen men några specifika frågor just om den här insatsen ställs inte. Enkätens resultat sammanställs av elevhälsoteamet och av controllers på förvaltningen så att resultaten blir synliga för olika klasser och till exempel killar och tjejer i klasserna. Resultaten finns tillgängliga digitalt för alla medarbetare på skolan. Resultaten används som underlag för att välja aktiviteter i klasserna för att förbättra tryggheten och måendet hos eleverna.

Bakomliggande logik och beslut: Beslut taget av skolledningen efter arbete från elevhälsoteamet. Det är något som tagits fram lokalt på Wisbygymnasiet och inte baserat på insatser i andra skolor.

Finansiering och tillgänglighet: Det finansieras inom ramen för skolans arbete och är en långsiktig insats.

Planerad utveckling: De arbetar med ständig utveckling med stöd av elevenkäterna och har fokus på att öka trygghet och förbättra måendet bland eleverna.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande positivt eftersom den påverkar trygghet och trivsel. Hur det påverkar kan dock bero på viken mentor man har och att alla mentorer kanske inte gör uppgiften med samma kvalitet. Det är intressant att rektorn så tydligt lyfte att det viktigaste inte bara är ett få godkänt i alla ämnen utan att skolan också ska bidra till att eleverna mår bra. Den här insatsen skulle kunna användas även i andra skolor på högstadiet och gymnasiet om det inte redan finns. Det är bra att insatsen följs genom regelbundna enkäter.

Ungdomsgård: Fenix (Intervju 25-05-21)

Fenix är en ungdomsgård i Visby som drivs av ungdomsavdelningen vid Region Gotland. Puma är öppen för unga från årskurs 7 och till och med 25 år. Det är kostnadsfritt att vara med vissa undantag för materialkostnader.

Målgrupp: Unga 13–24 år och alla får vara med. Men medarbetarna uppfattar att de har många besökare som har funktionsvariationer och som behöver ett lite lugnare tempo i aktiviteterna.

Beskrivning: Ungdomsgården har öppet på vardagseftermiddagar och kvällar. På fredagarna är det avgränsat för unga som går i gymnasiet och upp till och med 25 år.

Fenix är generellt en lugn ungdomsgård med fokus på kreativitet och lite mer lågtempo-aktiviteter. Aktiviteterna utgår ifrån vad de unga vill göra men fokus är på att det ska främja deras psykiska välbefinnande. Medarbetarna, som alla är utbildade socialpedagoger, arbetar också för att identifiera individer och grupper av ungdomar som är i behov av extra stöd. I allt de gör ska det finnas en tanke om att det är bra för ungdomarna, att det ger en vinst för dem.

Medarbetare från Fenix besöker också vissa skolor en dag i veckan för att prata med unga om vad de behöver på sin fritid för att omvärldsspana vad som kan behövas på Fenix och också motivera unga att komma till Fenix som kan ha behov av det.

Mål och effekt: Att de unga ska uppleva känsla av gemenskap och trygghet så att de kan bygga upp till exempel sociala kontakter, få stärkt självförtroende och motivation och se sig som en del av ett sammanhang i samhället. De jobbar utifrån ungdomsavdelningens mål att stärka HBTQI-ungdomars välmående och att bidra till att ungdomar klara av att fullfölja sina gymnasiestudier.

Uppföljning: De följer antal besökare och medarbetarna gör egen spaning av hur ungdomarna uppfattar verksamheten och uppdaterar och planerar utifrån det. Men de gör ingen strukturerad uppföljning av vilken effekt verksamheten har på exempelvis ungas psykiska välbefinnande.

Bakomliggande logik och beslut: De utgår från ungdomsavdelningens mål och sitt uppdrag som ungdomsgård. Medarbetarna bedömer vad ungdomarna behöver och anpassar verksamheten efter det.

Finansiering och tillgänglighet: Verksamheten är långsiktig och finansieras inom ungdomsavdelningens rambudget. Det finns inget maxtak för antal besökare. Ibland kan vissa aktiviteter ha ett maxtak, t.ex. ett rollspel och då tar de in anmälan för just den aktiviteten.

Planerad utveckling: De försöker ständigt förbättra så att de ska kunna nå fler unga.

De unga medforskarnas värdering av verksamheten

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande i hög grad eftersom de kan erbjuda en gemenskap unga kanske annars saknar. Att verksamheten utvecklas tillsammans med de unga och utgår från ungas behov ses som en styrka då det skapar delaktighet och fångar det som är viktigt i ungas liv. Det bedöms vara värdefullt om Fenix kan nå ut till fler eftersom det är en av de lugnare ungdomsgårdarna så att de som söker lugn och trygghet skulle kunna komma dit.

Ungdomsgård: Fenix Regnbågscafé (intervju 25-05-21)

Regnbågscafé vid Fenix ungdomsgård är träffar för HBTQ-ungdomar på Gotland som hålls en gång i månaden, på Fenix i Visby. Det är kostnadsfritt att delta.

Målgrupp: Unga 13–25 år som identifierar sig som HBTQI-person. Den som är osäker på till exempel sin könsidentitet eller sexuella läggning är också välkommen. Om någon behöver ha med en vän som stöd som inte identifierar sig som HBTQI-person kan den också så följa med.

Beskrivning: Träffarna en gång i månaden är cirka två timmar och innehållet anpassas efter de ungas behov och önskemål. Ett par exempel på teman de haft är queer litteratur med besök av bibliotekarie och tema om källkritik och sociala medier om bland annat var de kan hitta bra och rättvisande inspiration och stöd.

Vad de vill uppnå: De vill stärka HBTQI-ungdomars välmående genom att träffarna bidra till gemenskap och sammanhang. De uppfattar att de kan se tecken på att träffarna bidrar till personlig utveckling hos deltagarna.

Uppföljning: De följer statistik över antal deltagare och gör uppskattningar i personalgruppen av hur träffarna fungerar för de unga.

Bakomliggande logik och beslut: Inom ungdomsavdelningen finns mål att stärka HBTQI-ungdomars välmående. Kunskap finns om att det är en grupp av ungdomar som är mer utsatta i samhället och har sämre mående än andra ungdomar.

Finansiering och tillgänglighet: Insatsen görs inom ramen och budgeten för verksamheten på Fenix och är en långsiktig insats. Det finns inget maxtak för deltagare.

Planerad utveckling: De försöker följa behov och önskemål från de unga för att hålla insatsen uppdaterad så den passar målgruppen.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Insatsen bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande i hög grad eftersom de erbjuder en trygg och välkomnande mötesplats för HBTQI-personer där det finns utrymme att lyfta sina tankar, åsikter och känslor utan att bli dömd. Att verksamheten bygger på ett Community lyfts som särskilt betydelsefullt då det skapar en känsla av sammanhang och tillhörighet. Insatsen bedöms kunna bli än bättre om man kunde erbjuda regnbågscaféer på fler platser runt om på ön och om det var oftare än en gång i månaden.

Ungdomsgård: Puma intervju 25-05-21)

Puma ungdomsgård drivs av ungdomsavdelningen i Region Gotland och finns i Visby. Det är kostnadsfritt för ungdomarna att vara där.

Målgrupp: Ungdomar i årskurs 7 till och med 19 år. Det är många ungdomar som kommer och ska vara till för alla. Det flesta som kommer går dock i årskurs sju och åtta. Det är också fler killar än tjejer som kommer dit. Det är också specifikt få tjejer med utländsk bakgrund som kommer dit.

Beskrivning: De erbjuder många olika aktiviteter som till exempel att spela biljard, att spela datorspel, lyssna på musik, pyssla, spela pingis, spela brädspel, sitta i cafét, göra kurragömma i källaren eller spela fotboll eller göra gymnastik. De utgår från vad ungdomarna är intresserade av att göra. De samverkar också med föräldrar och med andra verksamheter som skola och polis om det är problem kring ungdomar. De är också ute på en del skolor en dag i veckan och gör aktiviteter med ungdomar för att få dem motiverade att komma till Puma. De klan även hämta ungdomar så att de får komma till Pumpa och testa att vara där.

De samarbetar också med skolan för att öka skolnärvaron och kan till exempel följa med ungdomar till skolan.

Vad de vill uppnå: De vill att ungdomarna ska vilja vara där och att de känner sig stärkta av att vara där genom att de träffar andra unga och har något att göra samtidigt som de också kan prata med de som arbetar där.

Uppföljning: De följer statistik över besökare med ålder och könsidentitet och frågar ungdomarna om vad de tycker om verksamheten och vad de tycker kan förbättras. De använder uppföljningarna som underlag för ständiga förbättringar.

Bakomliggande logik och beslut och finansiering: Verksamheten drivs på uppdrag av Region Gotland, inom ungdomsavdelningens rambudget. Valet av aktiviteter utgår från vad ungdomarna själva vill göra.

Tillgänglighet: Det öppet på eftermiddagarna måndagar, tisdagar, onsdagar och fredagar, med längre öppettider på fredagarna.

Planerad utveckling: Inget specifikt utöver den ständiga utvecklingen för att anpassa verksamheten efter ungdomarnas behov.

De unga medforskarnas värdering av insatsen

Verksamheten bedöms ha möjlighet att påverka ungas psykiska välbefinnande genom att man trivs med att vara där och att kan få olika former av stöd, som t.ex. att ta sig till skolan. Att verksamheten lyssnar till vad unga vill och behöver och att de får vara med och utveckla verksamheten upplevs som en styrka som bidrar till känslan av delaktighet och inflytande. Ungdomsgårdens samverkan med skola, polis och andra aktörer stärker också stödet kring unga och skapar trygga miljöer. Det bedöms dock viktigt att samverkan inte bara fokuserar på risker i ungas liv utan även på välbefinnande och inte bara på problem. Det är också viktigt att ungdomsgården visar upp sig mer så att fler unga hittar dit.