

KIND

CENTER OF NEURODEVELOPMENTAL
DISORDERS AT KAROLINSKA INSTITUTET



**Karolinska
Institutet**

Ny forskning – stöd i övergången till vuxenlivet

Maria Löthberg, PhD

maria.lothberg@ki.se

Tack till

- Alla unga vuxna med boendestöd och boendestödjare
- Arbetsgrupp; Andrea Niman, Sergej Engström, Eda Wirström, Jenny Meyer, Sonya Girdler, Sven Bölte, Tatja Hirvikoski och Steve Berggren
- ... och många fler...



Boendestöd

- En behovsprövad insats
- En form av praktiskt, pedagogiskt och socialt stöd
- För att hantera vardagen i hemmet och i samhället
- Vanligaste formen av stöd till unga vuxna



En prioriterad stödform

- Prioriteras i nationella riktlinjer
- Stödets utformning inte kartlagt



Studier om boendestöd till unga vuxna med NPF

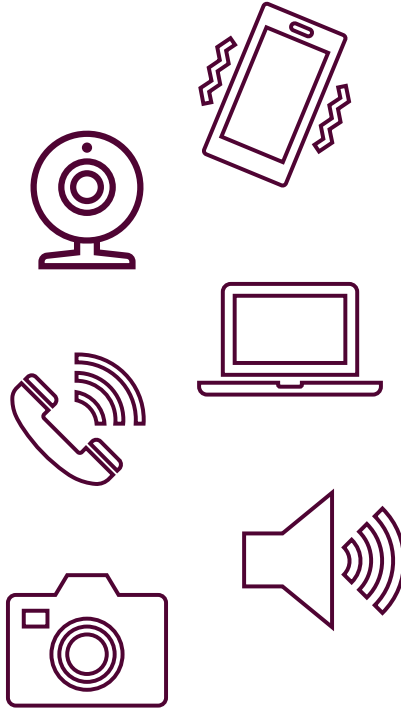
- Nuvarande arbetssätt – boendestödjares beskrivningar
- Boendestöd på distans – framtagning och utvärdering av en modell
- TRANSITION-programmet – användbarhet inom boendestöd

Att stödja unga vuxna – boendestödjares beskrivningar

- En komplex insats
- Anpassa stödet efter olika/förändrade behov – efterfrågade mer kunskap om NPF
- Hantera balansen mellan stöd och självständighet – arbetsallians

”...man får inte bestämma över någon men samtidigt så måste man kunna ge råd med en sån auktoritet så att det faktiskt är värt att lyssna på och framhålla att saker och ting behöver utföras...”

Boendestöd på distans



Enkät



A stylized icon of a survey form. It features a teal header bar at the top. Below the header, there are three large gray rectangular boxes arranged horizontally. Underneath these boxes is a grid of smaller gray rectangular boxes. Some of these smaller boxes contain a teal square, representing checkboxes or selected options.

Fokusgrupper



Resultat

- God tillgång till digital teknik
- Oro för ett sämre stöd
- Kan komplettera stöd på plats
- Behöver möta önskat kommunikationssätt
- Fortbilda personal
- Utformningen bör utgå från ett delat beslutsfattande



"Om jag inte har mitt boendestöd i rummet så får jag inte det jag vill göra gjort, jag är inte fullt mottaglig eller närvarande när stödet sker via telefon."

Utformning av stödet – framtagning av material

Samproducera material

- Syfte att öka de unga vuxnas delaktighet i utformningen av stödet, för ett mer individanpassat stöd



Guidens tre avsnitt

1. Om mig

1. Om mig

För att forma stödet på ett bra sätt kan du med hjälp av frågorna fundera kring vad som gäller för dig. Frågorna ska inte ses som beaktande då boendestödssituationer kan se väldigt olika ut för olika personer. Du får själv vilja om du vill svara något kring frågorna eller diskutera frågorna direkt med din boendestödjare.

Kommunikation

- Hur kommunicerar man bäst med mig?
(t.ex. fysiska samtal, telefon, sms, mail, annan digital form)

.....

.....

.....

Hur vill jag kommunicera?

.....

.....

Hur social vill/kan jag vara?
(t.ex. umgänge, besöka personer, annat)

.....

.....

Hur hanterar jag tyngnad?
(t.ex. i samtal, när jag gör saker, behov av tyngnad, annat)

.....

.....

4

2. Stödform

3. Att hantera stress som hör ihop med ansvarsfulla uppgifter och krav
(t.ex. skriftliga uppgifter, prestationskrav kopplat till avslutning eller vissa kontroller)

Ärskelt för dig? ☐ Önskar du stöd på distans? ☐

☐ ja
☐ nej
☐ ibland
☐ vet inte
☐ svara
☐ mer info

4. Att ta hand om din hälsa, såväl kroppslig som psykisk
(t.ex. sömn, kost, motion eller medicin)

Ärskelt för dig? ☐ Önskar du stöd på distans? ☐

☐ ja
☐ nej
☐ ibland
☐ vet inte
☐ svara
☐ mer info

5. Att ta hand om ditt hem och ditt hushåll
(t.ex. städ, disk, sopor, tvätt, matlagning eller göra köp)

Ärskelt för dig? ☐ Önskar du stöd på distans? ☐

☐ ja
☐ nej
☐ ibland
☐ vet inte
☐ svara
☐ mer info

13

3. Kommunikation

3 Kommunikation på distans

Du och din boendestödjare kommer tillsammans att prata igenom hur ni ska kommunicera vid stöd på distans. Inför det samtalet, tänk igenom följande:

Använda teknik – hur bekväm är jag med teknik (vill jag lära mig)? Har jag förutskattningarna (t.ex. WIFI eller täckning)?

Telefon – hur bekväm är jag att prata i telefon?

Sms – hur uppfattar jag skriften/text? Är det lätt/svårt att skriva? Tar det mycket energi att skriva sms? För vad ska du använda i stället? Bolla saker via sms – förklar kan vara att få tid att fundera och formulera sig, nackdel kan vara att det inte går lite snabbt som om man diskuterar något direkt. Användbart för mig?

Bild vid videosamtal/möten – kamera på eller avstängt vid träff? Använda kamera i hemmet?

Passer – hur använder paus/tyngnad vid video/telefonsamtal? Har jag behov för planerad tyngnad? Hur meddelar jag att jag är i behov av en paus?

Väskent – uppskattar jag skämt? Är det oövert att ge/bra vid telefonsamtal eller övert att tolka i sms?

Emojis – vad innebär de? Är vi överens om betydelsen? Används i sms/mail?

Tillgänglighet – när kan jag ringa/sms/maila? När kan jag förvänta mig svar?

Test av "Utformning av mitt boendestöd"

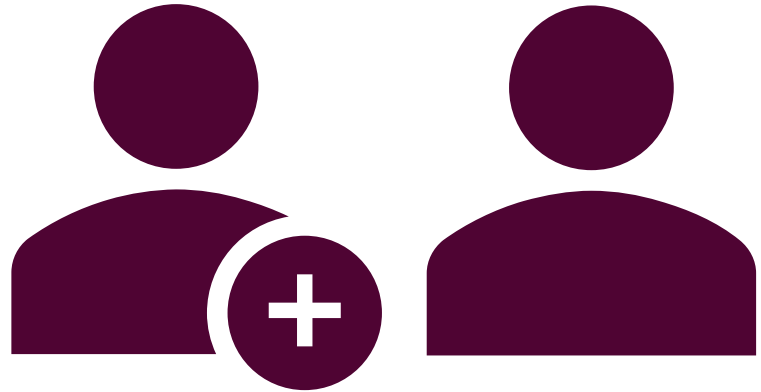
- Relevant och användbart
- Lite krävande
- Stödjande för
 - ökad delaktighet
 - utformning av arbetsrelation



TRANSITION-programmet – användbarhet inom boendestöd

Ett tillägg till ordinarie stöd

- 26 unga vuxna
- 20 veckor
- Mentor = boendestödjare
- Formulär och intervjuer



Ungdom → Vuxen

- Inte **en** enskilda händelse utan en utvecklingsprocess
- Ökande krav på självständighet, ansvar, organisering och sociala sammanhang
- Kan vara en utmaning att få vardagens olika delar att gå ihop



Normer kring relationer

- Det finns normer och ideal uppbyggda kring vänskap och tvärsamhet
- Man kanske inte känner behov av att umgås eller ha en kärleksrelation
- Man behöver inte ha relationer bara för att andra tycker eller förväntar sig att man ska ha det
- Man kanske föredrar att ha sina kontakter över nätet och inte IRL



Livsområden

Relationer

Studier/utbildning

Arbete/
sysselsättning

Boende/
hemmet

Ekonomi/pengar

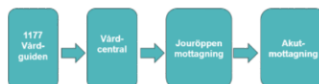
Hälsa

Fritid/
Delaktighet
i samhället

Osynliga hinder för delaktighet



Vården: om man mår dåligt eller är sjuk



Vårdmottagningar

Studier/utbildning
&
Arbete/sysselsättning



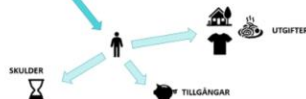
Hyra bostad

En hyresrätt är en bostad som man bor i utan att äga.

- Kommunala bostadsbolag eller privat hyresvärd
- Hyresvärdens har ansvar för underhåll och reparationer
- Ofta köysystem, anslutningsbrev
- Ofta krav på att man har en inkomst
- Referens till tidigare hyresvärd



INKOMST
Privatekonomi



Arbete med motivation och förändring

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Freitag	Lördag	Söndag
07.00							
08.00							
09.00							
10.00							
11.00							
12.00							
13.00							
14.00							
15.00							
16.00							
17.00							
18.00							
19.00							
20.00							

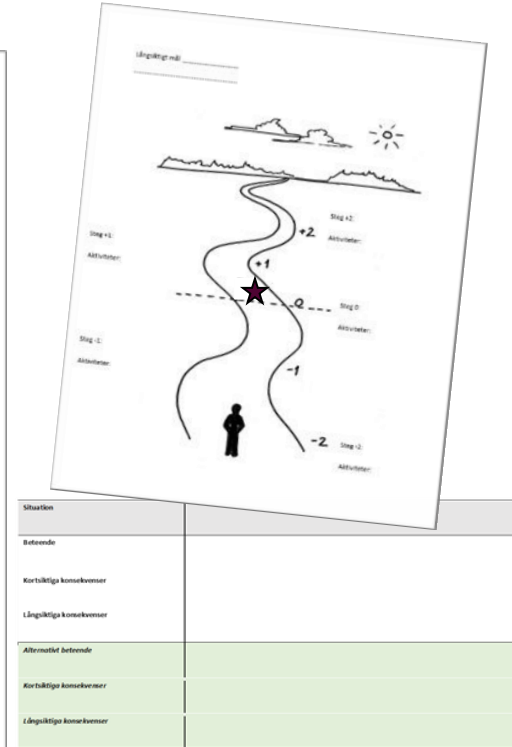
TRANSITION Arbetsblad Styrkor och utmaningar

Följande lista på egenskaper är exempel på hur personer kan vara och dessa egenskaper kan vara styrkor såväl som utmaningar beroende på aktivitet eller situation.
Ringa in de egenskaper som du tycker att du har. Om det är något som inte finns med så skriv det på de tomma raderna.
Om du tycker det är svårt att beskriva dig själv kan det ibland vara hjälpsamt att be någon som känner dig väl att beskriva dig.
De ringade egenskaperna kan underlätta för dig i kursen och vara värdefulla i diskussionen om vad du vill uppnå/dina inom varje enskilt livsområde.

Jag har svårt för att bli om hjälpt	Jag är omtänksam mot andra
Jag har svårt att avsluta saker	Jag har mycket energi
Jag gillar att börja med något nytt	Jag upplever att börja med något nytt
Jag är flexibel	Jag har svårt att komma ihåg
Jag har svårt att hålla ordning på mina saker	Jag kommer lätt överens med andra
Jag tycker om rutiner	Jag är duktig på att koncentrera mig om jag är intresserad
Jag står på mig och säger vad jag tycker	Jag följer regler
Jag dagplanerar ofta	Jag tycker inte om rutiner
Jag är duktig på att koncentrera mig på en sak	Jag upplever att bli irriterad att göra saker
Jag kan låta om mycket	Jag söker mycket uppmärksamhet från andra
Jag hamnar lätt i missförstånd	Jag tycker det är svårt/sjukt att prata med andra
Det är svårt för mig att vara uppmärksam/koncentrerad	Jag gillar att analysera saker
Jag gillar att vara med andra	Jag gillar att göra samma saker om och om igen
Jag behöver lugn och ro	Jag gillar ordning och reda
Jag trivs där det är mycket folk	Jag har svårt att säga vad jag tycker till andra
Jag har lätt för att bli om hjälpt	Jag är rädd för att göra fel
Jag har svårt för att sitta still	Jag gör saker utan att tänka efter
Jag gillar att röra på mig och vara aktiv	Jag gör saker utan att tänka efter
Jag har svårt att starta upp saker	Jag gillar att vara ensam
Jag tycker att det är svårt att planera/organisera	Jag är duktig på att se samband/helt
Jag är artig	Jag är glömsk

12

LIVSOMRÅDE:				
Livsriktning	Mitt långsiktiga mål i den värderade riktningen	Nuläge	Aktiviteter för att kunna nå mitt långsiktiga mål	Vad kan jag bli hjälpt av och vad kan försvåra för mig?
Delmål:				Styrkor/vad jag kan bli hjälpt av:
				Utmaningar/vad kan försvåra:



Användningen av programmet

Deltagare:

- åldersspann 19–29 år
- kvinnor 64%, män 29%, icke-binära 7%
- olika diagnoser, dock övervägande NPF
- eget boende 18 st., med föräldrar/släkt 10 st.

Fokuserade områden:

- | | |
|----------------------|----|
| • boende/hemmet | 12 |
| • utbildning/arbete | 10 |
| • ekonomi | 10 |
| • fritid/delaktighet | 7 |
| • hälsa | 5 |
| • relationer | 5 |

TRANSITION – var det hjälpsamt?

- Programmet (68%) och mentorskontakten (79%) skattades positivt
- Många upplevde att programmet gav deras stöd en tydlighet och en värdefull riktning
- Ett fåtal var mindre nöjda med att en stor del av programmet baseras på text och arbetsblad
- Konkreta framsteg för ett flertal
- Överlag gav deltagarna programmet höga betyg för dess tydliga fokus på självständighet och delaktighet
- Förbättrad livskvalitet på gruppnivå

“TRANSITION hjälpte mig med saker, jag började tänka, så det var hjälpsamt på många sätt...”
/ ung vuxen

“Jag fick ned det lite mer på papper vad som behövde göras och stegen för att komma dit. Vilket var väldigt hädigt för mig.”
/ ung vuxen

Boendestöd i övergången till vuxenlivet

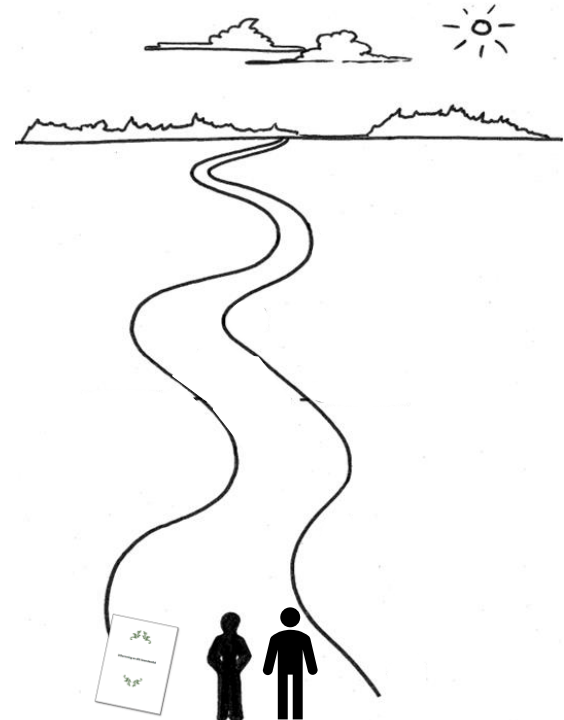
Riktning/långsiktiga mål

Utgå från den unga vuxnas vilja

Att ha stöd

Kan vara krävande

Individuell utformning av steg o takt





**Karolinska
Institutet**

Ulf Jonsson, ulf.jonsson@ki.se

Maria Löthberg, maria.lothberg@ki.se

KIND

CENTER OF NEURODEVELOPMENTAL
DISORDERS AT KAROLINSKA INSTITUTET