

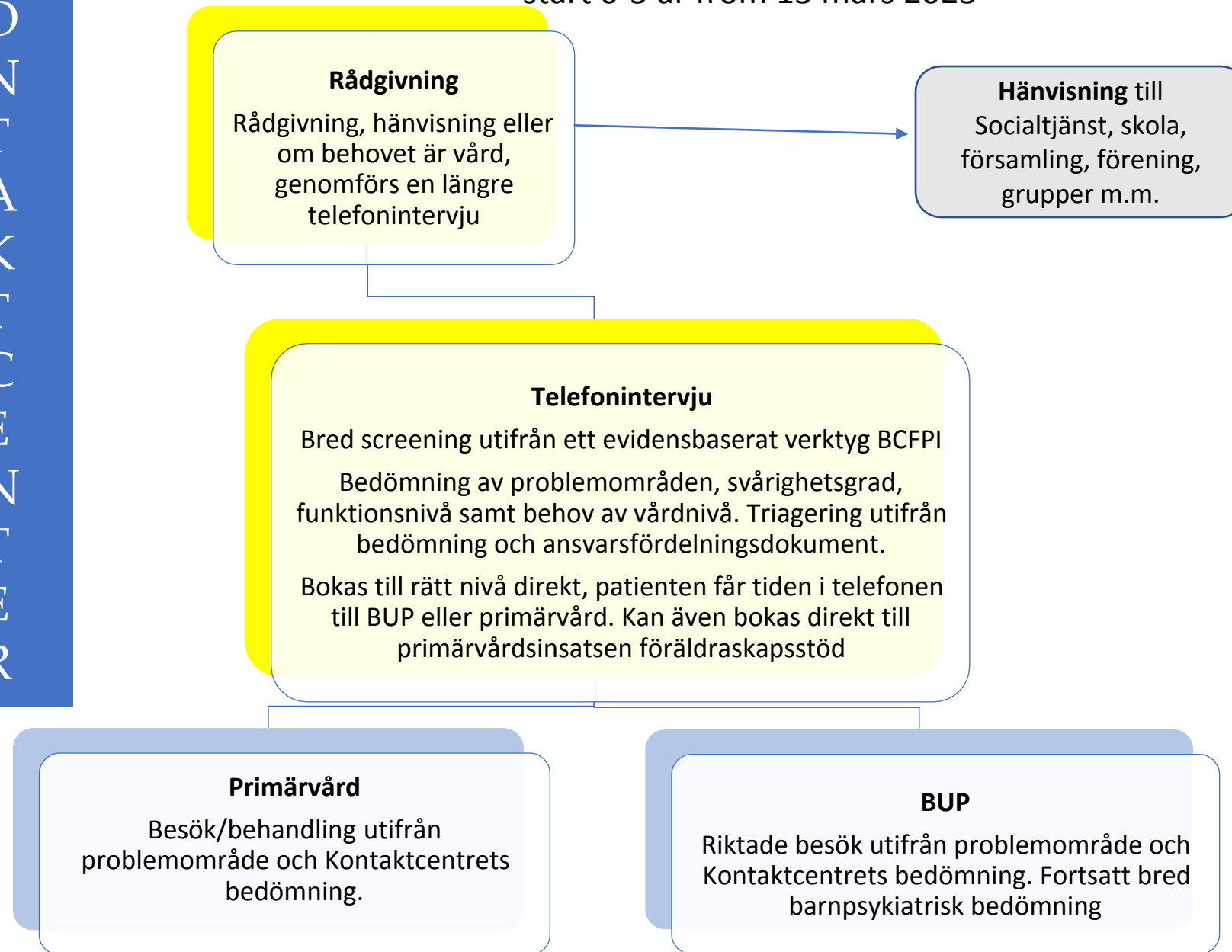
# KONTAKTCENTER

- Telefonsamtal från vårdnadshavare och ungdom, samma nummer i hela länet 1177 +2

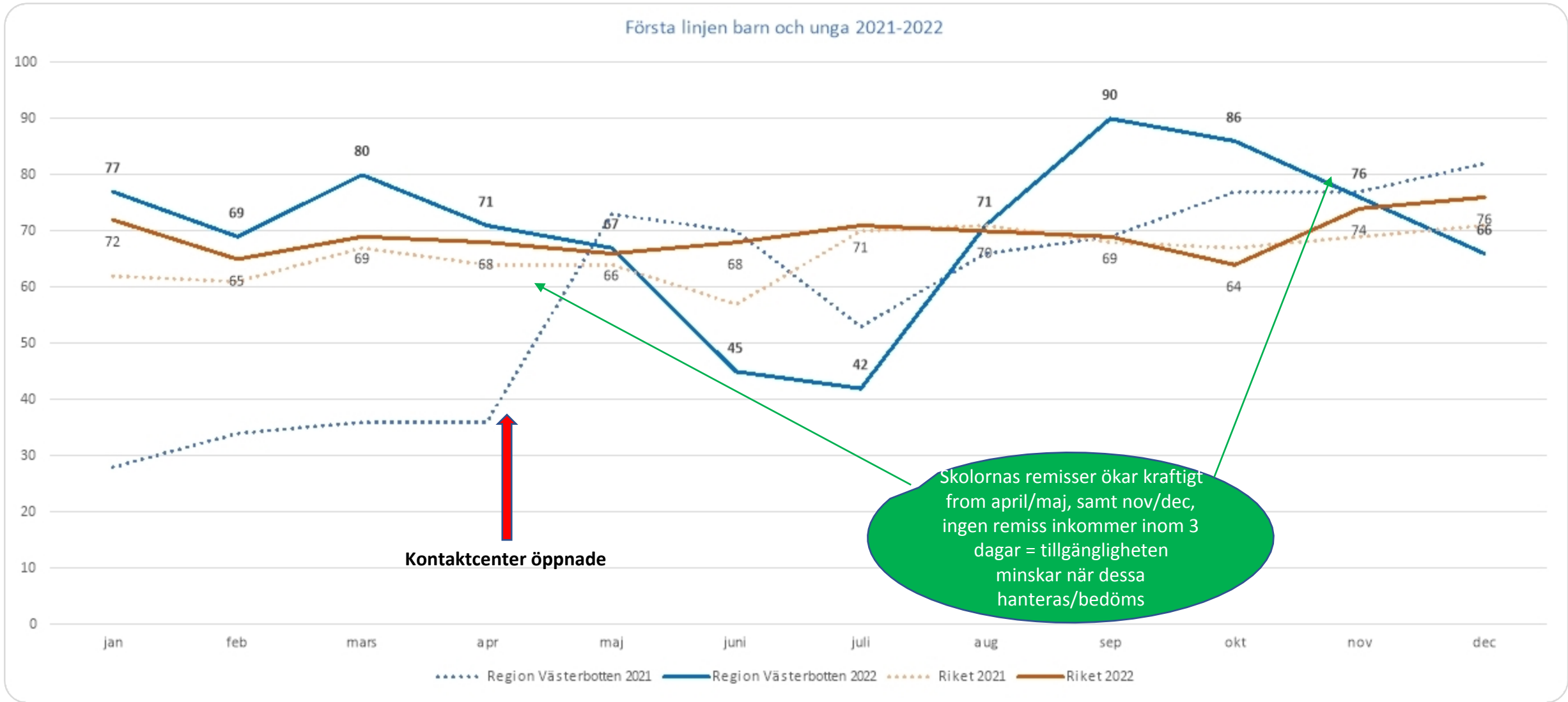


- Externa remisser och EDI remisser från vården
- Externt och internt nummer för samverkansaktörer

Barn och ungdomar 6 tom 17år  
start 0-5 år from 13 mars 2023



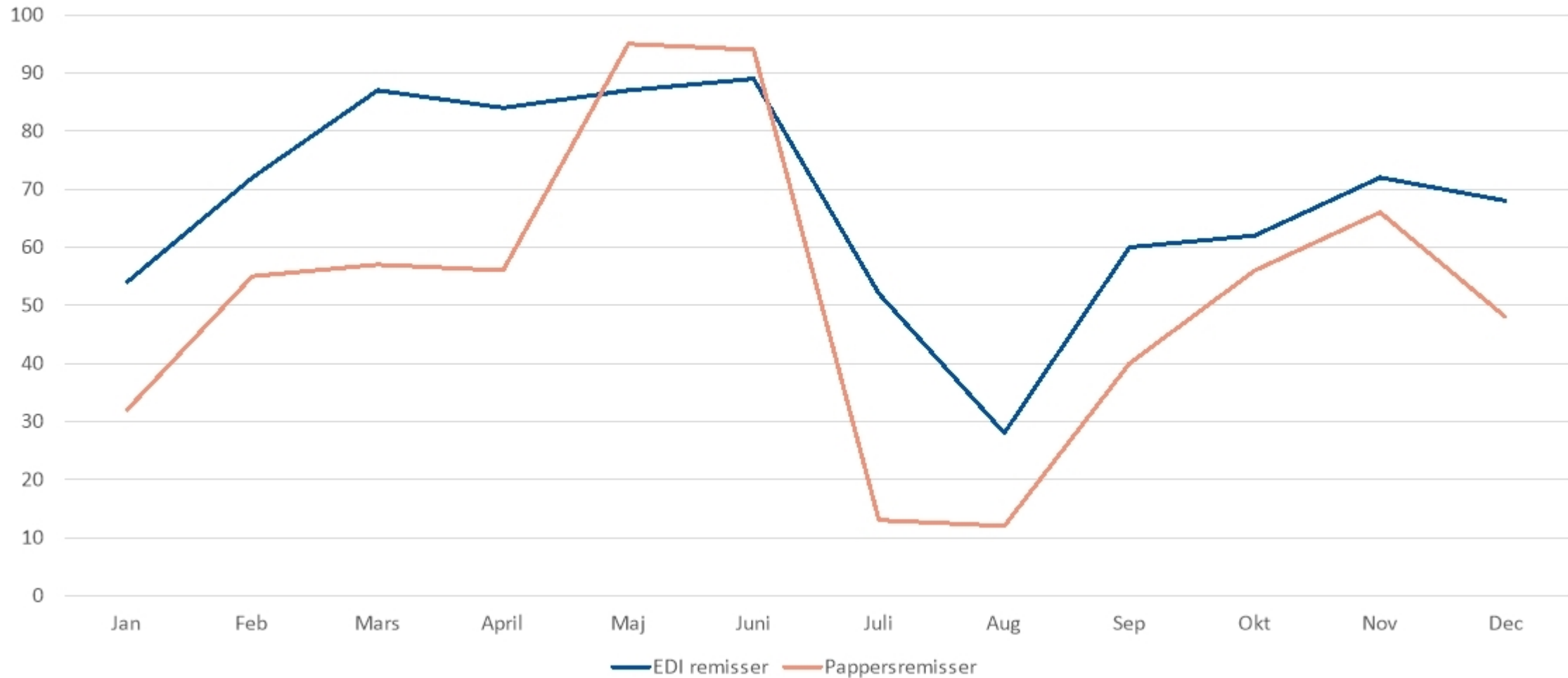
# Andel medicinsk bedömning inom 3 dagar



2022 Andel medicinsk bedömning inom 3 dagar 71% (helår)

2023 Jan 76% Feb 83%

## Inremisser 2022

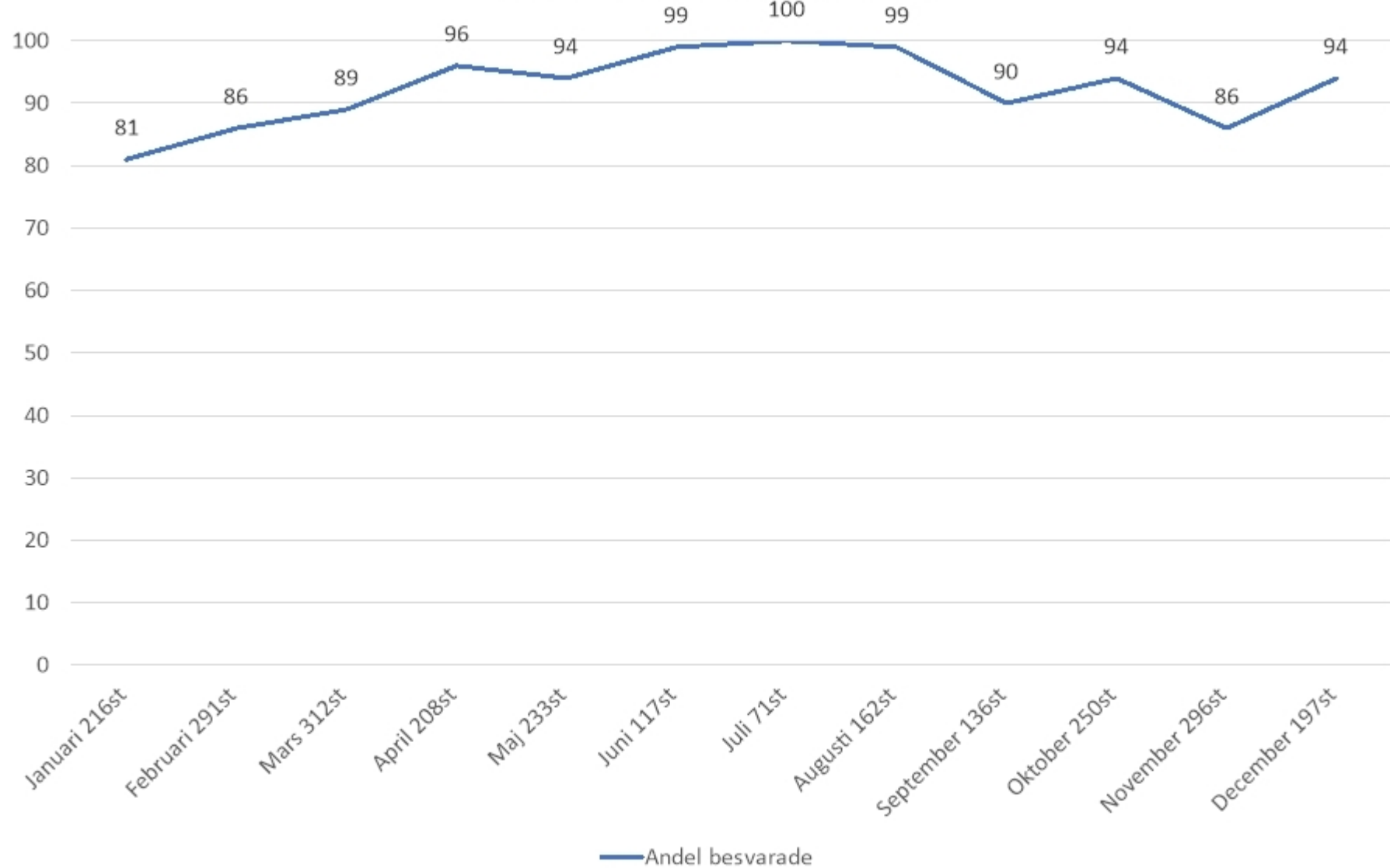


Totalt antal remisser 2022: 1439st

EDI remisser 815st

Pappersremiss 624st – inkommer ej inom 3 dagar vilket minskar tillgänglighetsstatistiken

# Andel besvarade samtal dag 0



# Digitala föräldraskapsstöd

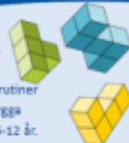


Kontaktcenter barn och unga psykisk hälsa Västerbotten

# 3 olika grupper + pilot för tonårsföräldrar vt -23

## Bas – föräldrastrategier i vardagen

Bas är en digital grupputbildning som riktar sig till föräldrar och andra omsorgspersoner som önskar strategier för att bättre hantera olika vardagsituationer. Det kan exempelvis handla om stöd vid bristande rutiner gällande sömn, mat, aktivitet eller önskemål om verktyg för att förebygga vardagskonflikter. Utbildningen riktar sig till dig med ett barn mellan 6-12 år.



Utbildningen består av fyra digitala gruppträffar, en och en halv timme per tillfälle. Varje tillfälle börjar med en introduktion av träffens tema följt av konkreta tips för att underlätta vardagen samt diskussion och erfarenhetsutbyte. Du kommer få hemuppgifter att arbeta med tillsammans med ditt barn mellan träffarna.

Under träffarna kommer vi bland annat ta upp:

- Bemötande och positivt umgänge
- Strategier för att hjälpa ditt barn lyckas i vardagsituationer
- Rutiner gällande sömn, kost, aktivitet och skärmanvändande i vardagen
- Återhämtning och egen ork som förälder

Utbildningen har ett genomgående fokus på föräldrastrategier där föräldrar uppmanas att tro på sig själva och hitta fungerande problemlösningstrategier i sin egen vardag. Ifall det finns flera vuxna i familjen är det bra om alla tar del av utbildningen, då kan ni bli mer samspelade i ert förhållningssätt.

Innan grupputbildningen startar kommer ni boka in på ett enskilt videomöte tillsammans med en behandlare för att säkerställa att tekniken fungerar samt att grupputbildningen är något som passar just er.

Informationsmaterial, hemuppgifter och övrigt innehåll vid utbildningen kommer ni kunna ta del av, spara och skriva ut på en digital plattform, stöd och behandling via 1177.



## Oroliga barn- föräldrastrategier

Oroliga barn är en digital grupputbildning som riktar sig till föräldrar och andra omsorgspersoner som har barn mellan 6-12 år med oro eller lindrig ångestproblematik.



Utbildningen utgår från kognitiv beteendeterapi (KBT) och består av fem digitala gruppträffar, en och en halv timme per tillfälle. Varje tillfälle börjar med en introduktion av träffens tema följt av konkreta övningar samt diskussion och erfarenhetsutbyte. Du kommer få hemuppgifter att arbeta med tillsammans med ditt barn mellan träffarna.

Under träffarna kommer vi ta upp fem teman:

- Hur oro och ångest fungerar
- Hur du tillsammans med ditt barn kan träna på att möta oro steg för steg
- Hur du som förälder kan bemöta ditt oroliga barn
- Tankarnas roll vid oro och hur du och ditt barn kan utmana dem
- Hjälper för att fortsätta arbeta på egen hand med förändring

Utbildningen har ett genomgående fokus på föräldrastrategier. Ifall det finns flera vuxna i familjen är det bra om alla tar del av utbildningen, då kan ni bli mer samspelade i ert förhållningssätt.

Innan grupputbildningen startar kommer ni boka in på ett enskilt videomöte tillsammans med en behandlare för att säkerställa att tekniken fungerar samt att grupputbildningen är något som passar just er.

Informationsmaterial, hemuppgifter och övrigt innehåll vid utbildningen kommer ni kunna ta del av, spara och skriva ut på en digital plattform, stöd och behandling via 1177.



## Affekt – Känslostarka barn

Affekt är en digital grupputbildning som riktar sig till föräldrar och andra omsorgspersoner som har känslostarka barn mellan 6-12 år. Du får genom utbildningen verktyg att förebygga situationer som blir för svåra för ditt barn, och strategier att hjälpa ditt barn att hantera starka känslor.



Utbildningen utgår från kognitiv beteendeterapi (KBT) och består av fem digitala gruppträffar, en och en halv timme per tillfälle. Varje tillfälle börjar med en introduktion av träffens tema följt av konkreta övningar samt diskussion och erfarenhetsutbyte med andra föräldrar i liknande situation. Du kommer få hemuppgifter att arbeta med tillsammans med ditt barn mellan träffarna.

Under träffarna kommer vi ta upp dessa teman:

- Bygga positiv samvaro i familjen
- Förebygga syskonbråk
- Förståelse för mitt barns inre utmaningar
- Kravpassningar
- Att förbereda
- Samtalsverktyg – validering och problemlösning
- Lågaffektivt bemötande

Utbildningen har ett genomgående fokus på föräldrastrategier. Ifall det finns flera vuxna i familjen är det bra om alla tar del av utbildningen, då kan ni bli mer samspelade i ert förhållningssätt.

Innan grupputbildningen startar kommer ni boka in på ett enskilt videomöte tillsammans med en behandlare för att säkerställa att tekniken fungerar samt att grupputbildningen är något som passar just er.

Låter det här som något för er - ring kontaktcenter barn och unga psykisk hälsa Västerbotten, telefonnummer 1177 knappval 2. Om ni har en pågående kontakt med hälsocentral eller sjukstuga - prata med er behandlare.



# Digitala föräldrastödsgrupper 2022

Antal grupper	55
Antal Barn	182
Antal föräldrar	<b>341</b>
Andel flickor	52%
Andel pojkar	48%
Bokade från KC	61%
Bokade från HC	39%
Drop outs, andel patienter	8%
Andel fortsatt HC efter 2 mån	11%
Andel remiss BUP efter 2 mån	4%

### Bas – föräldrastراتيجier i vardagen

Bas är en digital gruppbildning som riktar sig till föräldrar och andra omsorgspersoner som har barn mellan 0-12 år. Du får genom utbildningen verktyg för att hantera olika vardagsituationer. Det kan exempelvis handla om ett brett utbud av rutiner gällande sömn, mat, aktivitet eller besvär som verkar för att förändras vid sjukdom. Utbildningen riktar sig till dig med ett barn mellan 0-12 år.

Utbildningen består av fyra digitala gruppträffar, en och en halv timme per träff. Varje träff börjar med en introduktion av triffens tema följt av korta tips för att underlätta vardagen samt diskussion och erfarenhetsutbyte. Du kommer få hemuppgifter att arbeta med tillsammans med ditt barn mellan träffarna.

Under träffarna kommer vi ta upp följande:

- Bemötande och positivt umgänge
- Strategier för att hjälpa ditt barn lyckas i vardagsituationer
- Rutter gällande sömn, kost, aktivitet och skärmsvårdande i vardagen
- Åskrivning och egen och som förälder

Utbildningen har ett genomgående fokus på föräldrastراتيجier där föräldrar uppmuntras att tro på sig själva och hitta fungerande problemlösningstrategier i sin egen vardag. I fall det finns flera vuxna i familjen är det bra om alla tar del av utbildningen, då kan ni bli mer samspelta i ert förhållingsstätt.

innan gruppbildningen startar kommer ni boka in på ett enkelt videomöte tillsammans med en behandlare för att säkerställa att tekniken fungerar samt att gruppbildningen är något som passar just er.

Informationsmaterial, hemuppgifter och övrigt innehåll vid utbildningen kommer ni kunna ta del av, spara och skriva ut på en digital plattform, såd och beaktning via 1177.



### Oroliga barn- föräldrastراتيجier

Oroliga barn är en digital gruppbildning som riktar sig till föräldrar och andra omsorgspersoner som har barn mellan 0-12 år med oro eller lindrig ångestsymtomatik.

Utbildningen väglår från kognitiv beteendeterapi (KBT) och består av fem digitala gruppträffar, en och en halv timme per träff. Varje träff börjar med en introduktion av triffens tema följt av korta övningar samt diskussion och erfarenhetsutbyte. Du kommer få hemuppgifter att arbeta med tillsammans med ditt barn mellan träffarna.

Under träffarna kommer vi ta upp följande teman:

- Hur oro och ångest fungerar
- Hur du tillsammans med ditt barn kan träna på att måta ut utslag för rög
- Hur du som förälder kan bemöta ditt oroliga barn
- Tankarnas roll vid oro och hur du och ditt barn kan utmana dem
- Hjlp för att fortsätta arbeta på egen hand med förändring

Utbildningen har ett genomgående fokus på föräldrastراتيجier. I fall det finns flera vuxna i familjen är det bra om alla tar del av utbildningen, då kan ni bli mer samspelta i ert förhållingsstätt.

innan gruppbildningen startar kommer ni boka in på ett enkelt videomöte tillsammans med en behandlare för att säkerställa att tekniken fungerar samt att gruppbildningen är något som passar just er.

Informationsmaterial, hemuppgifter och övrigt innehåll vid utbildningen kommer ni kunna ta del av, spara och skriva ut på en digital plattform, såd och beaktning via 1177.



### Affekt – Känslostarka barn

Affekt är en digital gruppbildning som riktar sig till föräldrar och andra omsorgspersoner som har känslostarka barn mellan 0-12 år. Du får genom utbildningen verktyg för att hantera situationer som blir för svåra för ditt barn, och strategier för att hjälpa ditt barn att hantera sina känslor.

Utbildningen väglår från kognitiv beteendeterapi (KBT) och består av fem digitala gruppträffar, en och en halv timme per träff. Varje träff börjar med en introduktion av triffens tema följt av korta övningar samt diskussion och erfarenhetsutbyte med andra föräldrar i liknande situation. Du kommer få hemuppgifter att arbeta med tillsammans med ditt barn mellan träffarna.

Under träffarna kommer vi ta upp dessa teman:

- Hjlp pojkar/samman i familjen
- Hjälp pojkar/samman i familjen
- Förståelse för milt barns inre värderingar
- Knyttuppgifter
- Att förstå
- Samtalstrategier – vad det är och problemförändring
- Ljg för att bemöta

Utbildningen har ett genomgående fokus på föräldrastراتيجier. I fall det finns flera vuxna i familjen är det bra om alla tar del av utbildningen, då kan ni bli mer samspelta i ert förhållingsstätt.

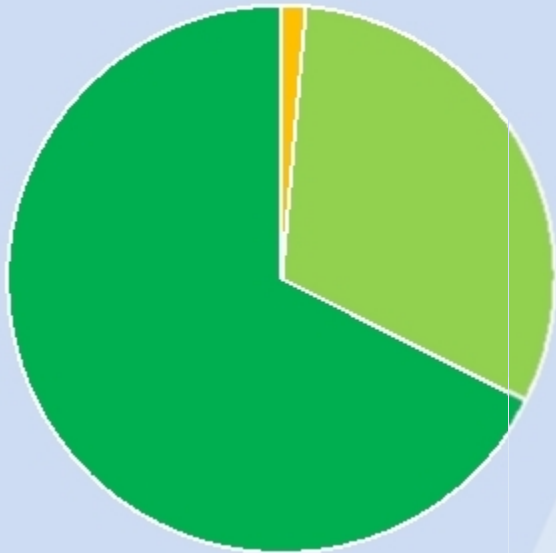
innan gruppbildningen startar kommer ni boka in på ett enkelt videomöte tillsammans med en behandlare för att säkerställa att tekniken fungerar samt att gruppbildningen är något som passar just er.

Lärar här som något för er - ring kontaktpersoner barn och unga psykisk hälsa Västerbotten, telefonnummer: 1177 knoppal 2. Om ni har en pågående kontakt med hälsocentral eller sjukvård - prata med er behandlare.



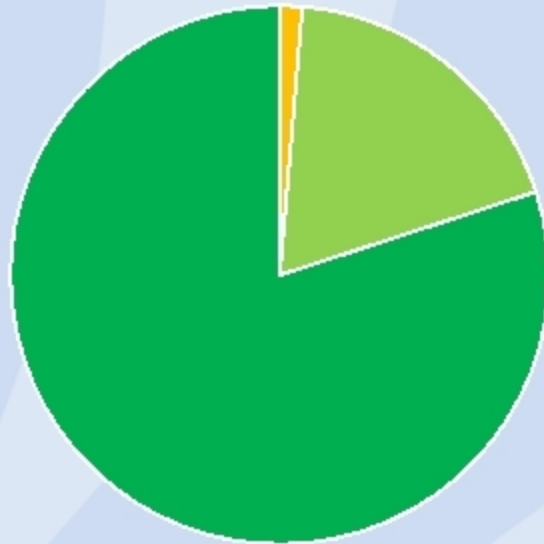

# Föräldrarnas utvärdering

## Nöjdhet efter utbildningen



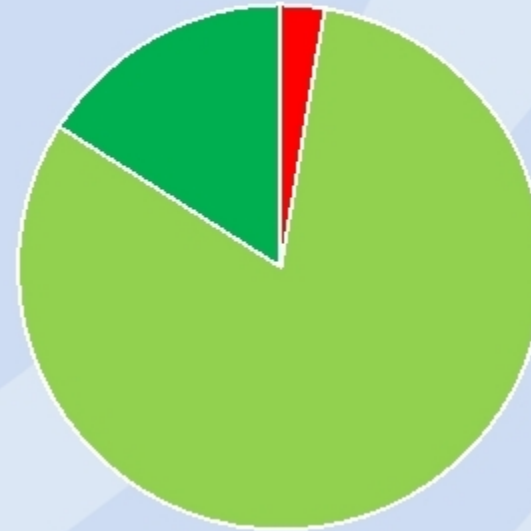
■ Missnöjd ■ Ej nöjd ■ Nöjd ■ Mycket nöjd

## Rekommenderar denna grupp



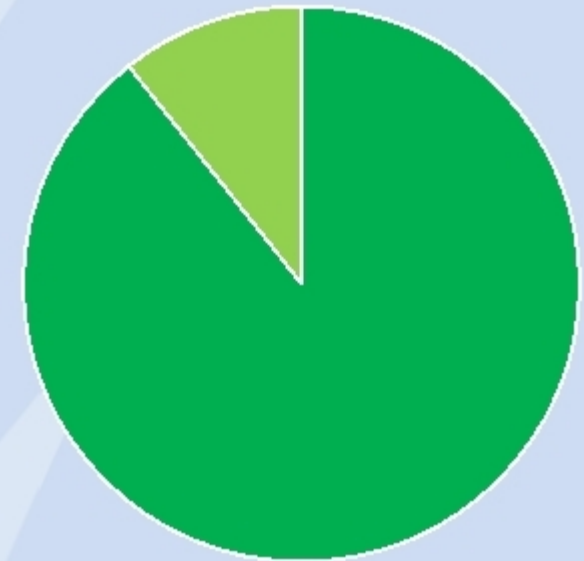
■ Ej sannolikt ■ Liten sannolikhet  
■ Sannolikt ■ Stor sannolikhet

## Lättare att hantera vardagen med de nya verktygen



■ Nej ■ En del situationer ■ Ja, ofta

## Erfarenhets-utbytet i grupp



■ Bra givande ■ Varken eller ■ Dåligt



# Kommentarer från föräldrar

*"Jag har fått bra insikt i avgörande delar i mitt barns liv"*

*"Bra material/verktyg som man kan använda och som barnet tar till sig"*

*"Jag tycker att vi fått tillfälle att prata om och reflektera över områden som vi inte samtalat om tidigare."*

*"Bra utbildning, lärorikt. Vi upplevde delvis positivt utfall av att barnet lyssnade på oss."*

*"Det har gett mig nya infallsvinklar på mitt barns beteende och även inse vikten av barns inflytande i vårt arbete"*

*"Jag har fått bra redskap som måste få testas många gånger."*

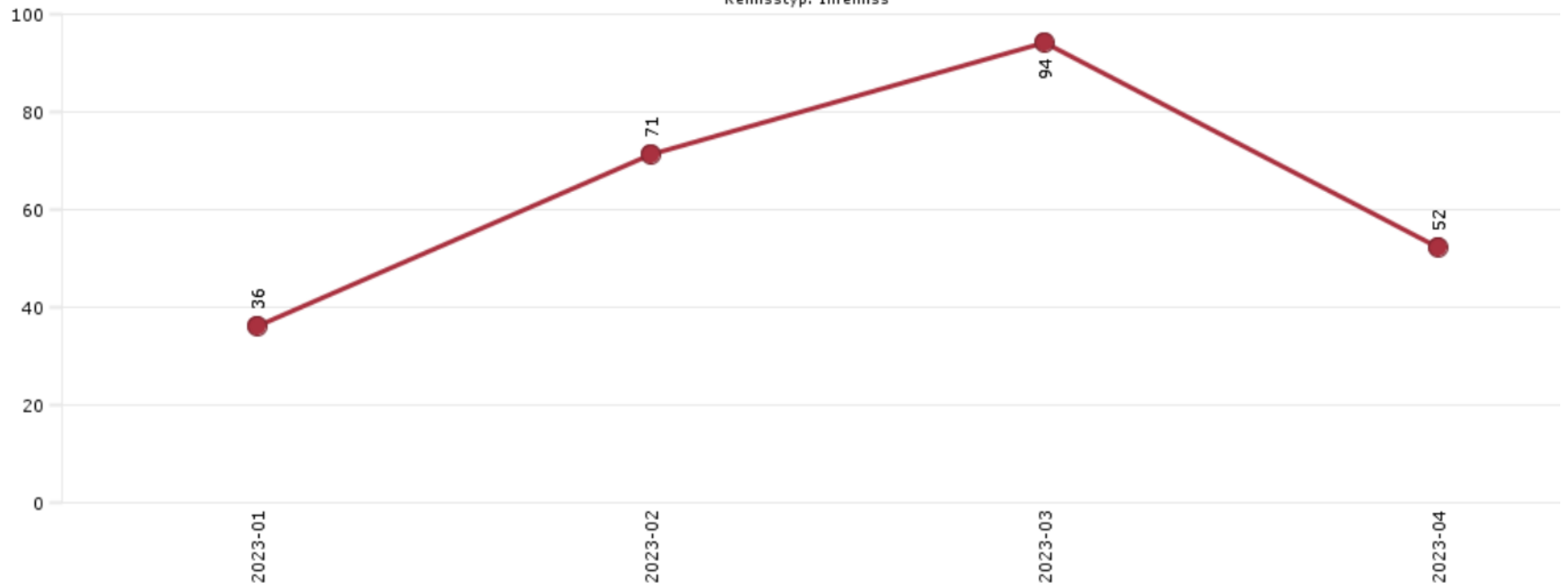
*"Det ger ett perspektiv och är givande att höra hur andra gör och tänker"*

*"Rekommenderar denna typ av behandling"*

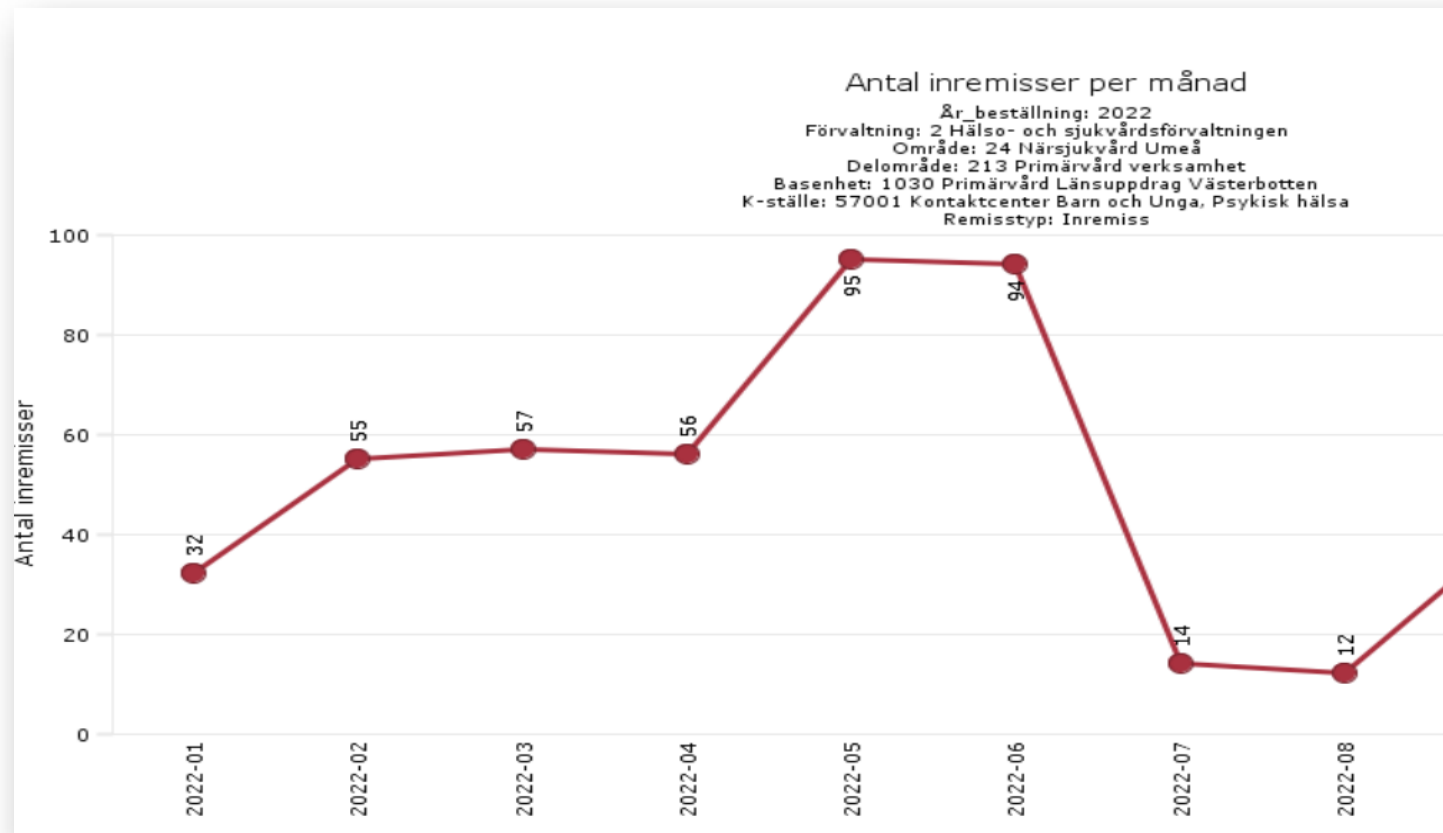
# Inremisser kommun 2023

Antal inremisser per månad

År\_beställning: 2023  
Förvaltning: 2 Hälso- och sjukvårdsförvaltningen  
Område: 24 Närsjukvård Umeå  
Delområde: 213 Primärvård verksamhet  
Basenhet: 1030 Primärvård Länsuppdrag Västerbotten  
K-ställe: 57001 Kontaktcenter Barn och Unga, Psykisk hälsa  
Remisstyp: Inremiss

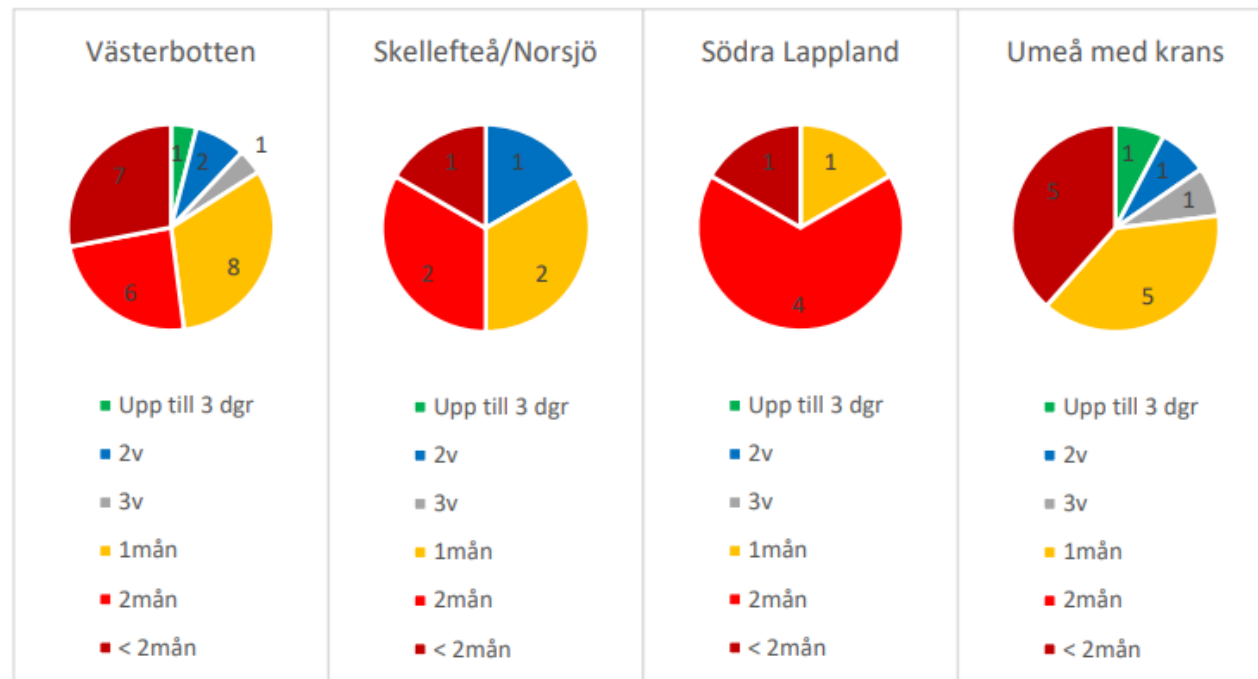


# Inremisser kommun 2022



# Väntetider barn 0-5 år, 2022

Fråga: Hur lång väntetid i genomsnitt uppskattar du att förälder och barn 0-5år som är i behov av kontakt med KCMBHV psykolog får vänta till besök hos dem från det att Hälsocentralen/sjukstugan kontaktat KCMBHV psykolog?



Figur 2. Chefernas skattning av väntetid för barn 0-5 år till första besök hos KCMBHV psykolog. Svartalternativ 1 vecka fanns, men ingen hade valt det alternativet och redovisas därför ej i figuren.

# Telefontillgänglighet

Januari	79,45%	53 till fylld kö
Februari	88%	36 till fylld kö
Mars	74%	94 till fylld kö
April	95%	11 till fylld kö