

Hur Stödlinjen arbetar med Internet

SNSUS 20150601

Håkan Wall, leg. psykolog, doktorand
Projektledare för Stödlinjen
Centrum för psykiatriforskning

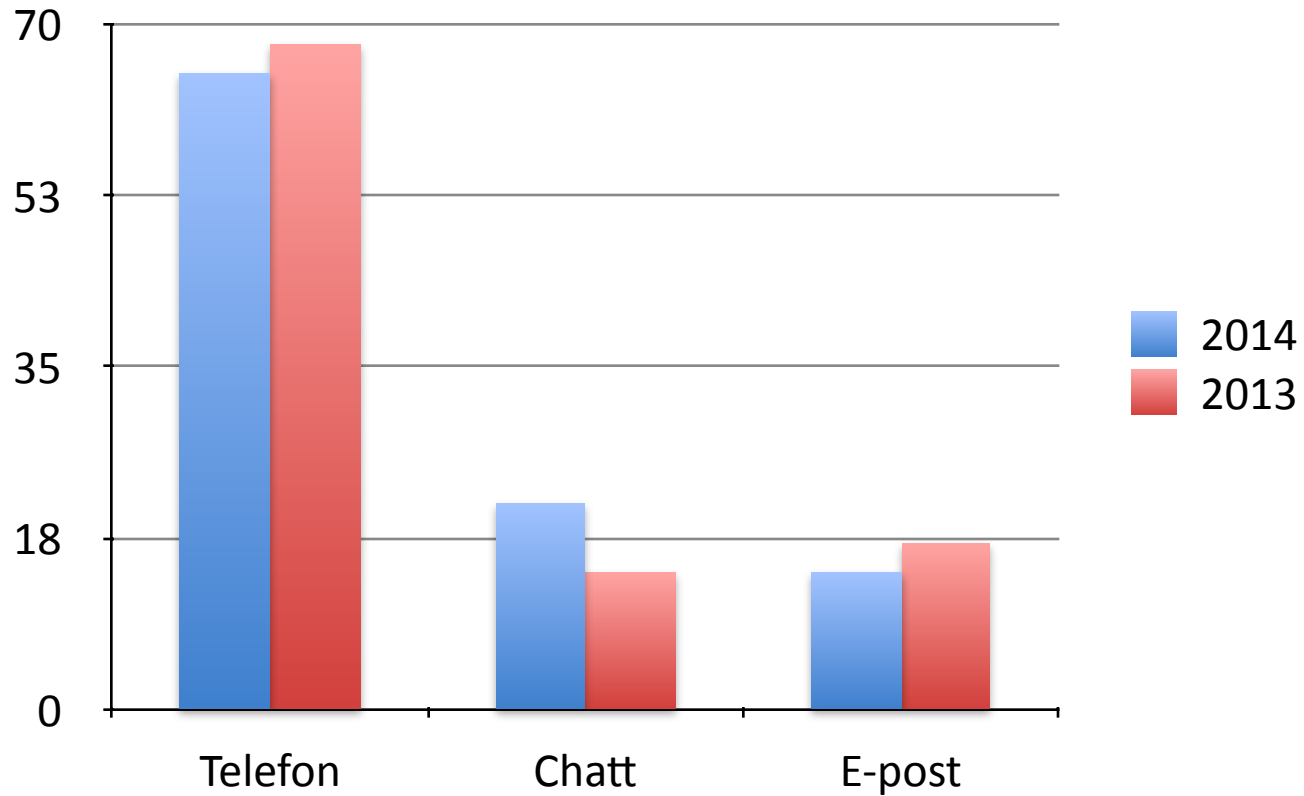
Bakgrund

- Funnits sedan 1999
- Drivs av CPF på uppdrag av Folkhälsomyndigheten
- Rådgivning till spelare och anhöriga

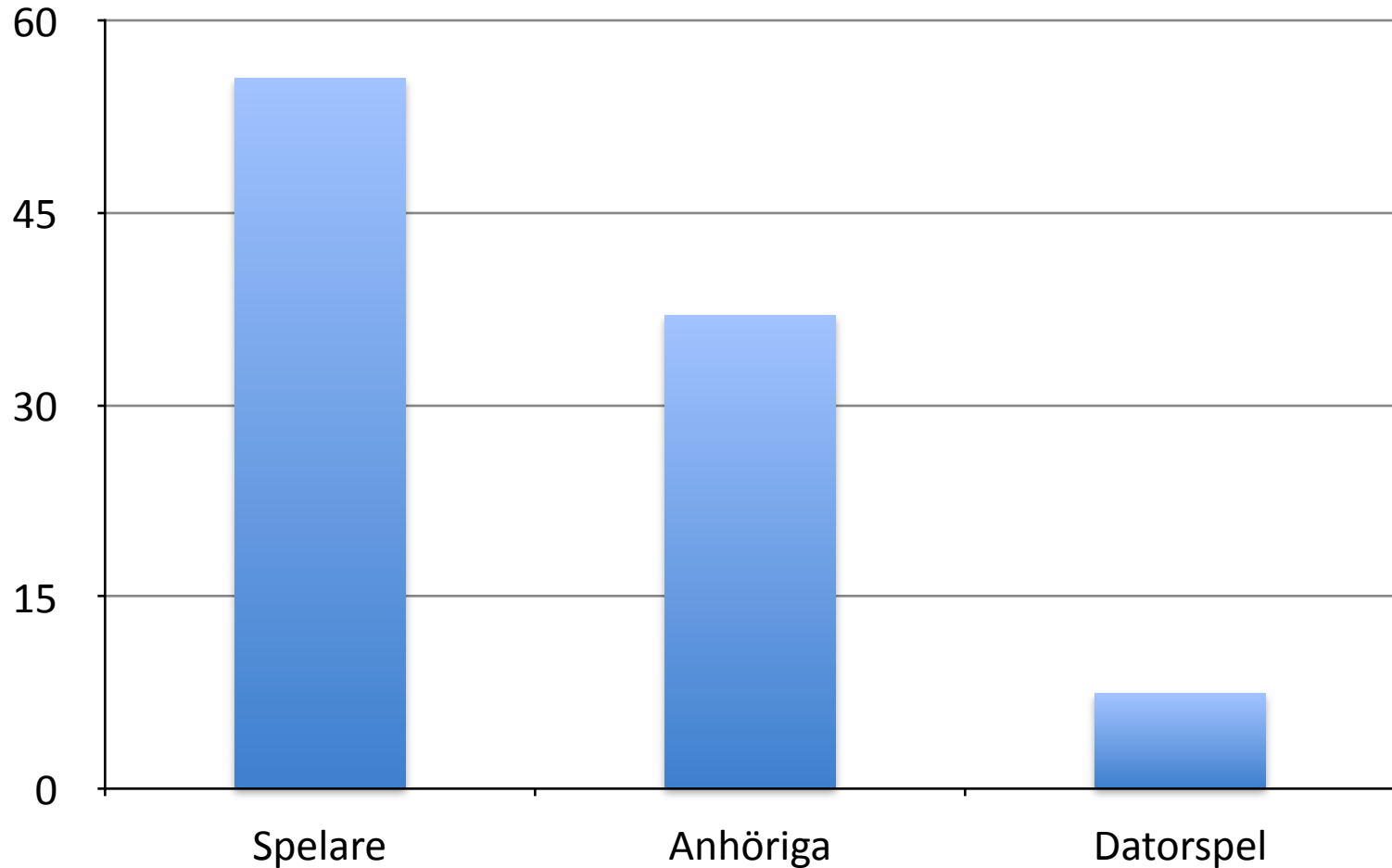
Metod

- Motiverande samtal (MI)
- Protokoll drivna
- Utbildning, handledning och kodning
- Telefonsamtal och chatt (enda hjälplinjen?)

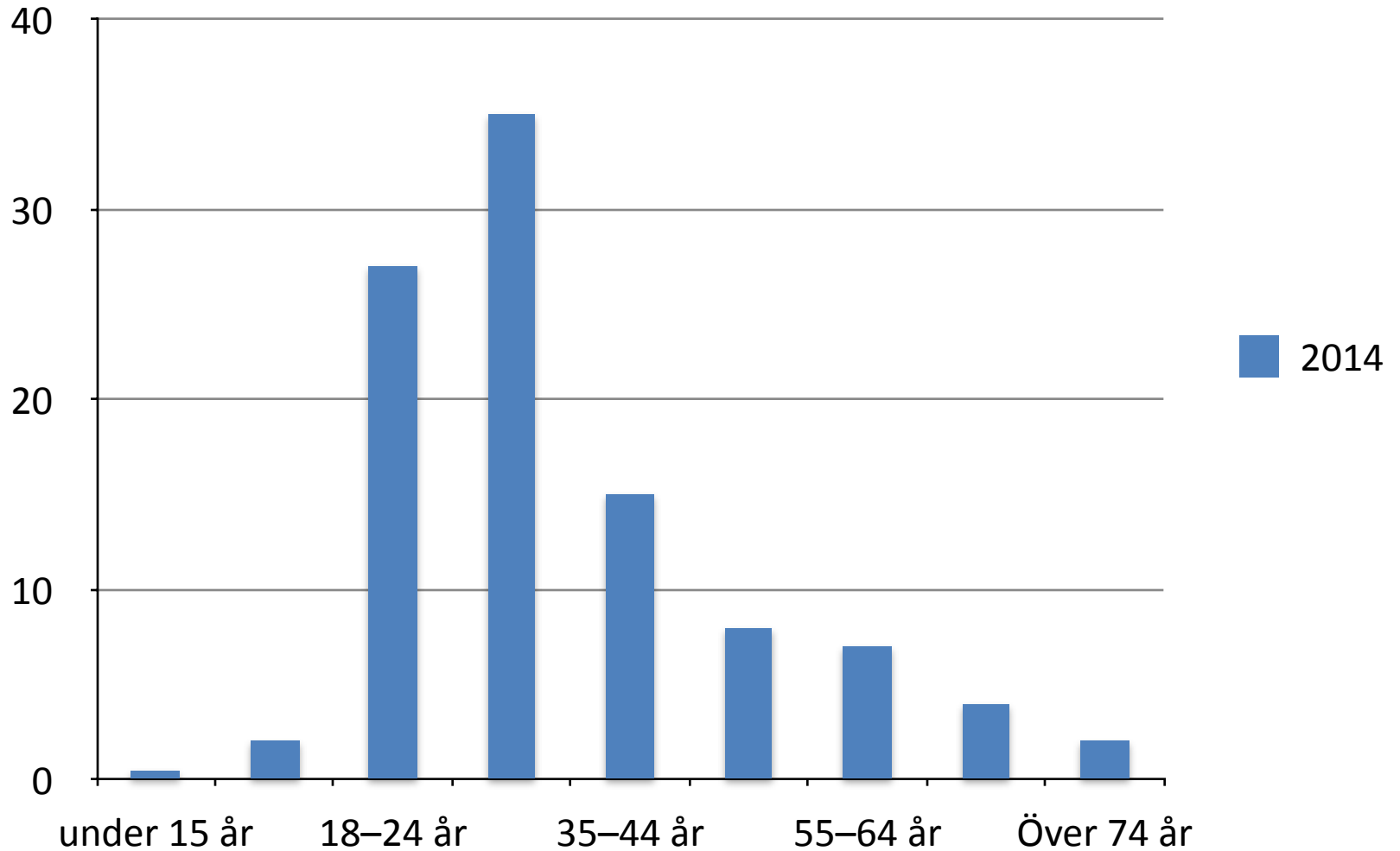
Rådgivning



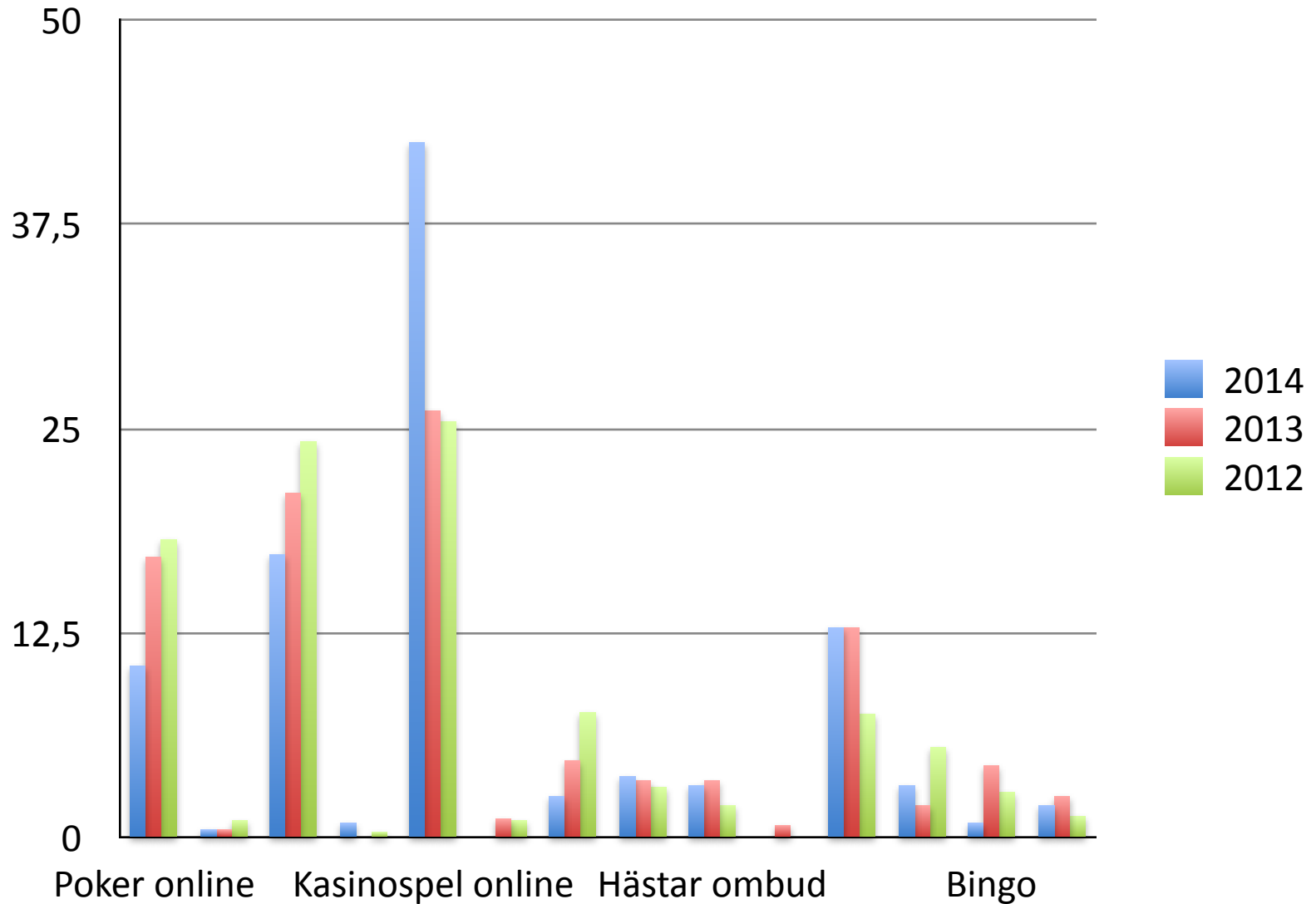
Typ av kontakt



Åldersfördelning



Spelformer



Spelarna är på Internet, det är vi
också!

Tidslinje

2011

Enkel webb
E-post via formulär

2012

Ny webbplats
Chatt
E-post
SMS

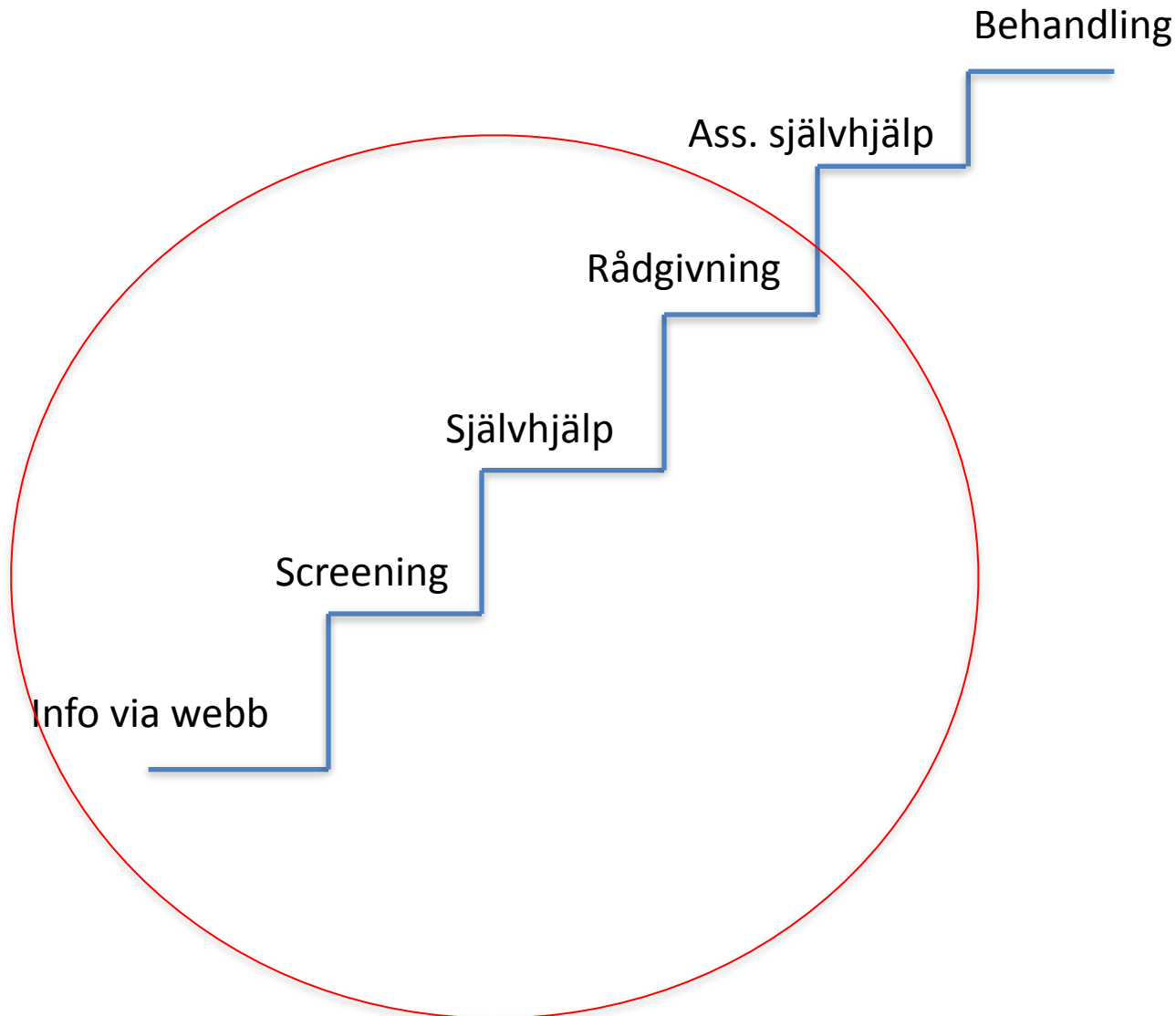
2013

Screeener
Moduler

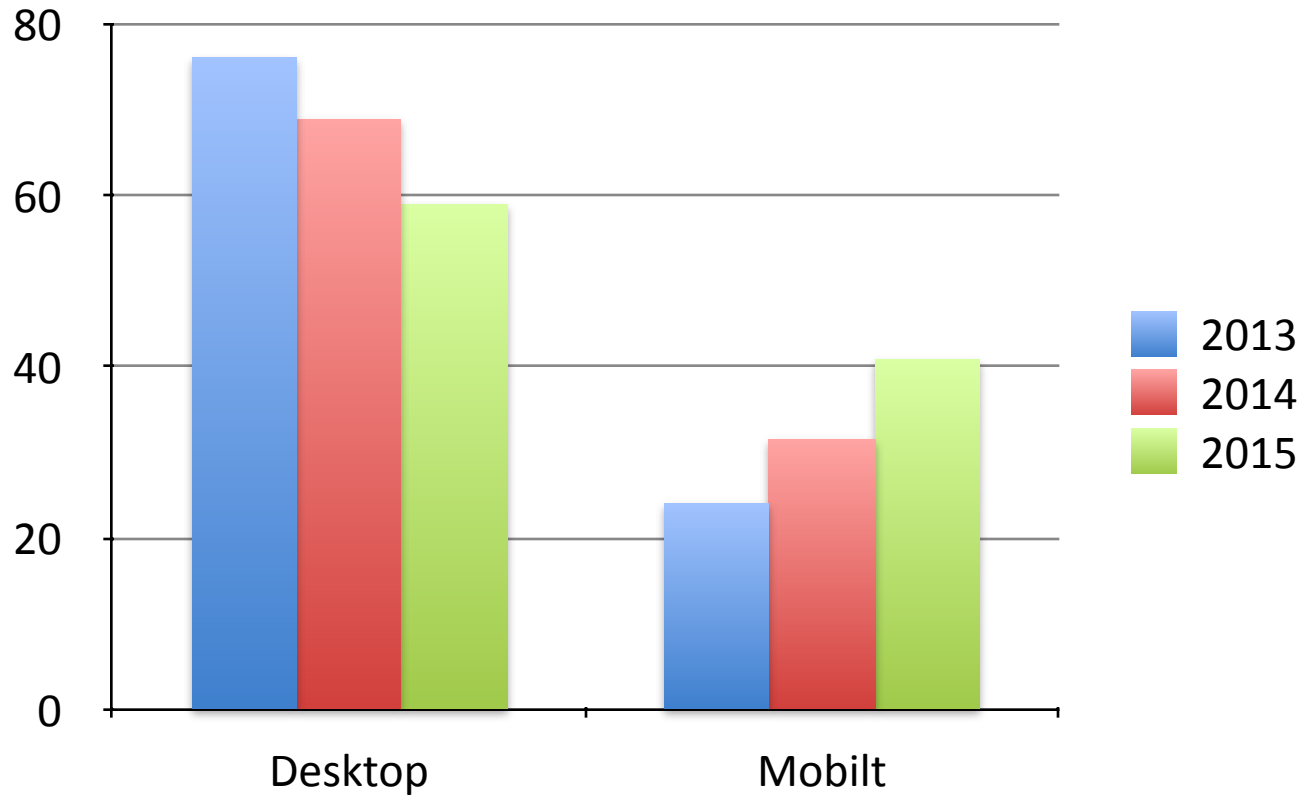
2015

One-page-app
Ny screeener
Chatt
E-post
Självhjälp

Hur tänker vi?



Spaning



Webb: enkelt & tydligt

- Lär känna dina användare
- Skapa tydliga "Call to actions"
- Anpassa för olika enheter
- Separat info för de olika målgrupperna

Info

- 3 målgrupper
- Bantad mängd sidor och text
- Förslag på nästa steg

Screening

- PGSI
- Bakgrundsinfo
- Fyra olika återkopplingar
- Förslag på nästa steg
- 15 p i snitt, 85 % > 8p. (Q1 2015)

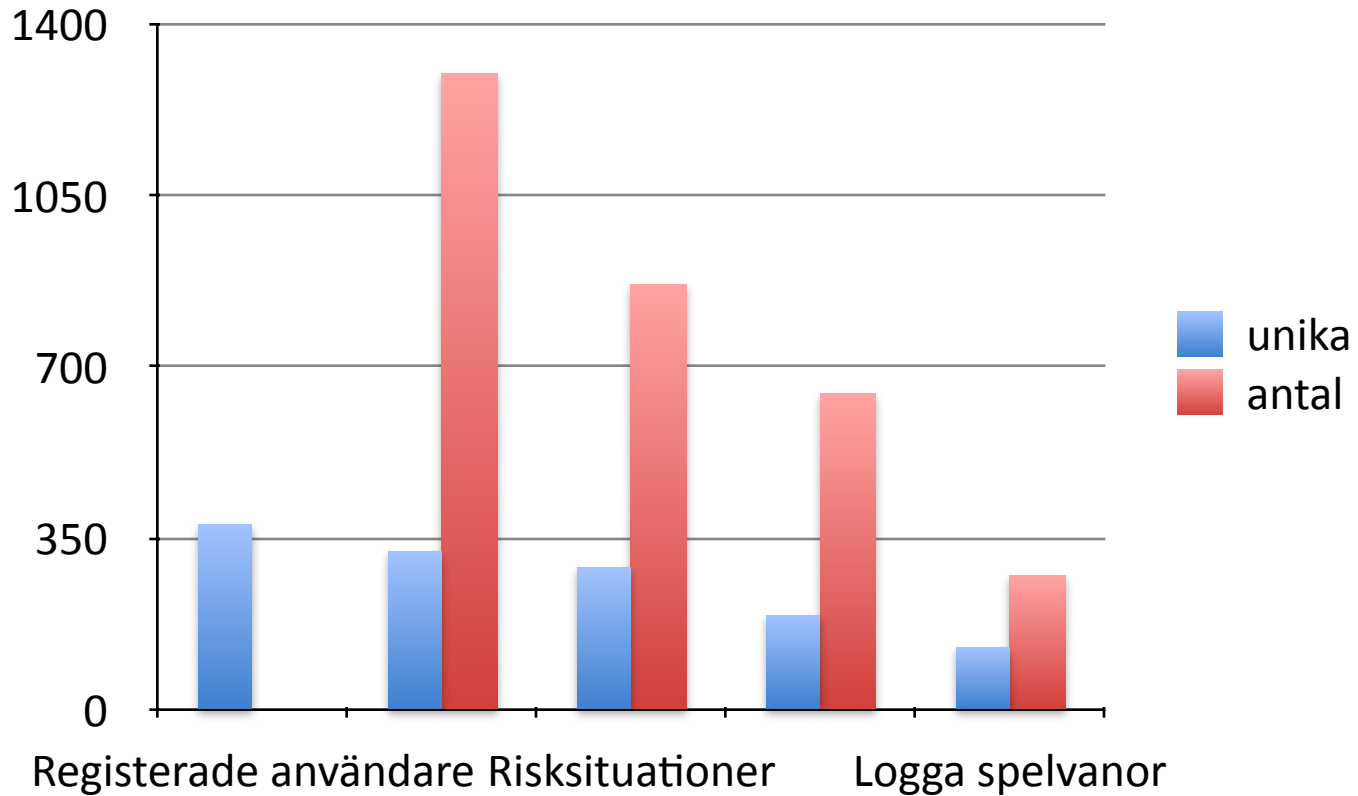
Självhjälp

- KBT/MI
- Fyra olika moduler
- E-post-tips i 10 veckor
- Påminnelser

Moduler

- Ladda upp bild på ngt viktigt
- Motivation
- Spellogg
- Planera in spelfria aktiviteter
- Hantera risksituationer
- E-postutskick baserat på ÅP

Självhjälp



Vanligaste risksituationerna?

1. Få lön
2. Ensam hemma
3. Stressad
4. Gräl

Vanligaste coping-strategierna?

1. Ta en promenad
2. Lyssna på podd
3. Föra över pengar till närstående
4. SMS:a en vän

Framtiden

- Erbjudas ett helt eko-system
- Följa användarnas beteende
- CRAFT, ICBT eller dylikt
- Erbjudas samtalsserier (spelare & anhöriga)
- Erbjudas assisterad självhjälp (spelare & anhöriga)
- Utvärdera effekterna

Tack för uppmärksamheten

Frågor?

Tack för uppmärksamheten

<https://www.stodlinjen.se>

Håkan Wall

Hakan.wall@sll.se

070 164 3770