



UPPSALA
UNIVERSITET

forskning om funktionshinder pågår

NR 1/2023

**Slöjdämnet viktig
möjlighet till bildning 3**



**Träningsprogram
gav bättre hälsa och
välmående**

6

**Kontakt med arbetsplatsen
viktig vid sjukskrivning på
grund av psykisk ohälsa**

9

**Bättre anpassningar
kan ge längre arbetsliv
vid MS**

12



Ungdomar med autism vill vara fysiskt aktiva – på sina villkor 11



Lesson study bra verktyg vid undervisning av elever med autism och IF 14



Hallå där! 15

Män med psykisk ohälsa får mer sällan vård än kvinnor

► Många män med psykisk ohälsa söker inte vård för sina symtom. Både kunskap om psykisk ohälsa och attityder till den spelar roll, liksom männens utbildningsnivå, visar Sara Blom i sin avhandling ”Unmet need for mental healthcare among men in Sweden: Gendered pathways to care” från Göteborgs universitet.

Cirka tio procent av alla män drabbas någon gång under sitt liv av depression eller ångestsjukdom. Sara Blom visar i sin avhandling att män i högre grad än kvinnor stöter på hinder som gör det svårare för dem att få den vård de behöver.

Hindren finns på flera olika plan, menar Sara Blom. Män tycker i lägre grad än kvinnor att de behöver vård, de söker mindre ofta vård även om de inser att de behöver den, och de tycker i större utsträckning att de inte får den vård de behöver. Att män av olika skäl har svårt att få vård kan få andra allvarliga konsekvenser, som exempelvis alkoholproblem och självmord.

Normer kring maskulinitet sannolikt en delförklaring

Män hade också mer negativa attityder till andra med depression än vad kvinnor hade. Fler män än kvinnor angav exempelvis att de inte skulle anställa en person som de visste varit deprimerad. Resultaten

Innehåll

Män med psykisk ohälsa får mer sällan vård än kvinnor.....	2
Slöjdämnet viktig möjlighet till bildning.....	3
Träningsprogram gav bättre hälsa och välmående.....	6
Kontakt med arbetsplatsen viktig vid sjukskrivning på grund av psykisk ohälsa.....	9
Ungdomar med autism vill vara fysiskt aktiva – på sina villkor.....	11
Bättre anpassningar kan ge längre arbetsliv vid MS.....	12
Lesson study bra verktyg vid undervisning av elever med autism och IF.....	14
Kbt för unga – viktigt att anpassa behandlingen	14
Hallå där!	15
Kalendern 2023	16



Normer kring maskulinitet hos individen, i hälso- och sjukvården, och i samhället i stort skapar barriärer för män att få bra vård.

i avhandlingen pekar också på att män har sämre kunskaper om psykisk ohälsa än kvinnor.

Avhandlingen pekar mot att insatser för att öka kunskapen om psykisk ohälsa och arbeta med mäns negativa attityder till psykisk ohälsa kan vara en väg framåt för att se till att män i större utsträckning får den vård och det stöd de behöver. Hon menar att vården i större utsträckning bör arbeta uppsökande och med att skapa förtroende. Hon menar även att det behövs bättre kunskaper om hur maskulinitetsnormer hos individen, i hälso- och sjukvården, och i samhället i stort skapar barriärer. ✱

Du kan ladda ned Sara Bloms avhandling på gupea.ub.gu.se

Foto: Gunnar Jönsson/Göteborgs universitet





Slöjd är ett väldigt viktigt ämne i grundskolan. Det ger eleverna en möjlighet att få träning och bildning när det gäller fantasi och kreativitet, självbestämmande, medbestämmande och solidaritet.

Slöjdämnet viktig möjlighet till bildning

Slöjd är ett viktigt ämne i grundskolan.

I slöjden kan eleverna lära sig om sådant som självbestämmande, medbestämmande och solidaritet.

Därför är det viktigt att slöjdlärarna är skickliga lärare.

Slöjdämnet i grundskolan är mycket mer än att eleverna får lära sig grunderna i hantverk. Det är ett ämne som kan ge eleverna en vid bildning när det gäller exempelvis fantasi och kreativitet, självbestämmande, medbestämmande och solidaritet.

Anna Sjöqvist har studerat slöjdämnets roll som bildningsämne i grundskolan, och har publicerat resultaten i sin avhandling ”Slöjdundervisning i grundskolan – en didaktisk studie om förutsättningar för bildning” från Karlstads

universitet. Anna Sjöqvist är ämneslärare i textil och bild, och speciallärare med inriktning intellektuell funktionsnedsättning och med många års erfarenhet från grundskolan.

Slöjd historiskt ett viktigt bildningsämne

Slöjdämnet har av tradition förknippats med bildningsbegreppet. När det gäller elever med intellektuell funktionsnedsättning har det i ett historiskt perspektiv betonats eftersom ämnet ansetts



I slöjden kan eleverna göra saker de inte får göra annars, som att banka på saker och klippa i tyger. Men i slöjden finns också verktyg och maskiner som kan vara farliga. Därför är det viktigt att slöjden hålls i en riktig slöjdlokal med en ämneskompetent slöjdlärare.

gynna elevernas personlighetsutveckling. Slöjden kan även öva problemlösning och förmågan att tänka och uttrycka sig.

Anna Sjöqvist har särskilt studerat de tre begreppen självbestämmande, medbestämmande och solidaritet. När det gäller självbestämmande talar de lärare Anna Sjöqvist intervjuat huvudsakligen om självbestämmande i betydelsen att eleverna får välja, exempelvis vad de gör och hur de formger sin slöjdprodukt. Det kan verka enkelt, men är i praktiken inte det.

– Det ställer höga krav på lärarens ämneskompetens. Utan en lärare med goda slöjdkunskaper skulle det inte gå att genomföra elevernas idéer.

Lärarens praktiska kunskaper är alltså en viktig förutsättning för att eleven ska kunna välja, och på så sätt utöva ett självbestämmande.

Bra kommunikation särskilt viktig för solidaritet

Även medbestämmande ställer krav på läraren.

– Medbestämmande handlar om att tillsammans med andra bestämma eller göra något. Läraren måste då skapa en undervisningssituation där läraren och eleverna kan förhandla, och måste då placera sig i en mer jämbördig position till eleverna. Det kräver medvetna strategier från läraren.

Solidaritet är kanske det som är svårast att uppnå, menar hon.

– Det handlar om att göra något i en gemenskap och att se andra människors behov. För det måste

eleverna och läraren kommunicera, se och stödja varandra.

Eleverna i grundsärskolan har ofta lite svårare att kommunicera. Det ställer därför särskilda krav på läraren när det gäller att skapa kommunikation.

” **En lärare berättade målande att han har grejer som darrar, grejer som låter, grejer som suger – grejer som händer!** ”

Vanligt att slöjdlärare inte har speciallärarkompetens

Slöjdlärare är den grupp lärare i grundsärskolan där lägst andel har speciallärarutbildning. Däremot har en stor andel ämneslärarutbildning i sitt ämne, betydligt större andel än de som undervisar i andra estetiska ämnen som bild och musik. Rektorererna verkar alltså prioritera ämneskompetens framför specialpedagogisk kompetens när de rekryterar lärare till just slöjdamnet.

– Nästan alla rektorer säger att det främsta värdet med estetiska ämnen är att de erbjuder alternativa uttrycksätt och att de utvecklar elevernas förmåga att kommunicera, elevernas kreativitet, fantasi och nyfikenhet, säger hon.

Slöjdsalar är också speciella miljöer. Eleverna får göra andra saker där än i övriga skolsalar, som klippa i tyger och banka på saker. Det finns maskiner som kan vara farliga.

– Den som leder slöjdundervisningen måste kunna hantera allt som finns i salen. Så det kanske även är en säkerhetsfråga att prioritera lärare med slöjdkompetens.

”Grejer som händer!”

Flera av lärarna i Anna Sjöqvists fallstudie berättar om slöjdsalens möjligheter till upplevelser. Slöjdläraren Eva talar till exempel om symaskinens dragningskraft och både lärarna Lars och Mikael lyfter spånsugen som både ljud- och känsloupplevelse.

– En lärare berättade målände att han har grejer som darrar, grejer som låter, grejer som suger – grejer som händer! Otroligt konkreta grejer. För att ge den möjligheten till upplevelser behöver undervisningen ske i slöjdsalar.

Utmaning att även instruera elevassistenter

Anna Sjöqvist tar även upp samspelet mellan slöjdläraren och de elevassistenter eller annan resurspersonal som kan följa med elever.

– Många slöjdlärare är ovana att samarbeta med andra vuxna. Dessa andra vuxna kan ha väldigt olika inställning till slöjd. De kan tycka det är fantastiskt roligt eller vara väldigt osäkra.

Det ställer stora krav på slöjdläraren att hantera detta i undervisningen och instruera assistenterna samtidigt som hen ska undervisa elever.

– Assistenten vill gärna hjälpa till, men det är viktigt att som slöjdlärare förmedla vad som är syftet med slöjduppgiften och på vilket sätt assistenten kan stötta eleven.

”Eftersom få slöjdlärare i grundskolan har speciallärarutbildning kan det vara särskilt viktigt med specialpedagogiska inslag i slöjdläraryrket.”

Stor variation i elevernas förmåga

Grundskolan är en egen skolform som ställer speciella krav på läraren. Det kan göra att läraren känner sig osäker inför elevgruppen och på hur hen ska hantera undervisningen.

– Man behöver som lärare kunna vara väldigt konkret om det behövs, visa i små, tydliga steg och använda bilder för att visualisera för elever som behöver mycket stöd.

Men läraren behöver också kunna möta elever som har stor förmåga till självständigt och abstrakt tänkande.

– Eftersom få slöjdlärare i grundskolan har speciallärarutbildning kan det vara särskilt viktigt med specialpedagogiska inslag i slöjdläraryrket. Det skulle ge dem bättre kunskaper och kompetens att möta eleverna och att anpassa undervisningen i slöjd för den variation av elever och elevers behov som finns.

Hon säger att också andra slöjdlärare är en bra resurs.

– Det är värdefullt om slöjdlärarna kan hitta forum för att prata med varandra, både med kollegor på skolan och med kollegor på andra skolor. *

Du kan ladda ner Anna Sjöqvist avhandling på kau.diva-portal.org

Foto: Cathrine Andersson Busch



Annons ▼

NORRBACKA-EUGENIASTIFTELSEN

Norrbacka-Eugeniastiftelsen har för åren 2023–2026 beviljat anslag på 7,1 miljoner kronor till doktorandanställningar inom området forskning rörande personer med rörelsenedsättning.

Följande doktorander har beviljats anslag:

- **Derek Asuman, PhD student, Lunds universitet**
Health economics aspects of living with cerebral palsy
- **Annica Ericsson, leg fysioterapeut, Karolinska Institutet**
Perception and Action – Significance of the sensory system on motor function in children and adolescents with cerebral palsy

- **Anna Hallin Provenzano, leg fysioterapeut, Karolinska Institutet**
Born extremely preterm – Early prediction of neurodevelopmental outcome and the effect of an early intervention program on future outcome and health
- **Alexander Kvist, civilingenjör, MSc, Karolinska Institutet**
Walking and thinking – brain activity during complex walking in aging and Parkinsons' disease
- **Charlotta von Seth, leg läkare, Uppsala universitet**
Levnadssituationen för äldre personer med traumatisk hjärnskada

Träningsprogram gav bättre hälsa och välmående

Om personer med intellektuell funktionsnedsättning, IF, får träna så mår de bättre och blir piggare.

Forskare har tillsammans med Östersunds kommun tagit fram ett träningsprogram för personer med IF. Det har fungerat jättebra.



Övervikt är ett vanligt hälsoproblem för personer med intellektuell funktionsnedsättning, IF. Personer med funktionsnedsättning har också betydligt sämre hälsa än övriga befolkningen. Världshälsoorganisationen WHO har som ett mål i sin globala handlingsplan att personer med funktionsnedsättning ska få bättre tillgång till hälsovårdstjänster, för att förbättra hälsan hos gruppen.

Special Olympics blev starten

Ett sätt att förebygga dessa problem är att se till att personer med intellektuell funktionsnedsättning får bättre möjligheter till fysisk aktivitet. Elisabeth Hansen och Marie Ohlson är forskare i idrottsvetenskap vid Nationellt vintersportcentrum vid Mittuniversitetet, och har tillsammans drivit ett projekt för att åstadkomma just det.

– Jag har jobbat med idrott och fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning ganska länge, men inte med personer med IF tidigare, säger Elisabeth Hansen. Men så skulle Special Olympics World Winter Games hållas här i Jämtland 2021. Vi tänkte att vi kanske skulle kunna bidra, och bestämde oss för att börja med forskning kring fysisk aktivitet för personer med IF.

Nu blev bara förtävlingarna för Special Olympics av i Jämtland, och inte de stora spelen, på grund av ekonomiska skäl. Men tanken att göra något för personer med IF hade fötts. Resultatet blev ett träningsprogram som en grupp personer med IF fick genomföra, där forskarna sedan utvärderade resultatet.

Träna 150 minuter i veckan

Forskarna tog tillsammans med företaget MyMowo och en specialpedagog fram två träningsfilmer på 25 minuter var. Filmerna blandar träning av koordination, styrka, balans och uthållighet.

– Målet är att personerna ska träna sammanlagt 150 minuter i veckan. De är fria att använda filmerna på det sätt som passar dem bäst.

Ett viktigt moment var att anpassa filmerna för att fungera med målgruppen.

– Vi funderade både på vad vi trodde målgruppen behövde för träning och hur övningarna skulle vara utformade.

Ett resultat är att filmerna är enkla och avskalade. Det är inga snabba byten mellan övningar, inga snabba rörelser, och inte så mycket prat.

– Det finns en vattenpaus i mitten så de kan hämta andan både fysiskt och mentalt. Ändå tycker vissa att

det är lite svårt. Det är stor variation mellan individer, det måste man tänka på.

” **Flera berättade att de blir glada av att vara fysiskt aktiva. Några berättade att de sov bättre, andra att de gått ner några kilon. De tyckte också det var roligt att kunna göra en aktivitet tillsammans med andra.**”

Kostnaden kan bli ett hinder för individen

De som drivit projektet förutom forskarna från Mittuniversitetet är fyra kommuner i Jämtlands län, där Östersunds kommun även varit med i utformandet, och den digitala träningstjänsten MyMowo. Det finns även en doktorand från Mittuniversitetet kopplad till insatsen, som också är samordnare för fysisk aktivitet på Region Jämtland.

– Jag tror det är väldigt bra att koppla in doktorander och studenter, säger Elisabeth Hansen. De tar med sig kunskaper och kan sedan sprida dessa ute i samhället.

Hon berättar att Östersunds kommun varit en viktigt partner och som själv har tagit många initiativ.

– De har bland annat infört att alla med en LSS-insats får träna gratis med den digitala tjänsten, och till pass i gemensamhetslokalen på kommunens mötesplats. Annars är kostnaden en vanlig barriär.

Covid ändrade förutsättningarna

Ursprungligen var tanken att deltagarna skulle komma till träningscentret, där de bland annat skulle få träffa andra som tränade.

– Men sen kom covid, och vi insåg att vi skulle behöva göra allt via webben.

Det förde också med sig några praktiska problem de fick lösa.

– De som skulle titta på filmen måste ha utrustning för att koppla upp sig och så. Det visade sig att alla inte hade det, eller en internetuppkoppling.

Men det visade sig finnas fördelar också.

– Alla kunde välja när och hur de ville träna, vi slapp problemet med att deltagarna skulle behöva ta sig till träningscentret. I slutändan visade det sig fungera bra, säger Elisabeth Hansen.



Covid-pandemin gjorde att forskarna fick göra hela träningsprogrammet digitalt. Men det fick fördelen med sig att de som tränade var mycket friare med att välja när och hur de tränade.

Gladare och piggare

Resultaten är klart positiva, säger hon.

– Flera berättade att de blir glada av att vara fysiskt aktiva. Några berättade att de sov bättre, andra att de gått ner några kilon. De tyckte också det var roligt att kunna göra en aktivitet tillsammans med andra.

Personalen har tränat med deltagarna på vissa av boendena, något som varit en positiv erfarenhet även för dem.

– Även de har förbättrat sin hälsa. De blir glada när de ser att personerna med IF blir gladare och piggare. De kan också se att personerna med IF tar mer initiativ än innan. Nu ska vi träna! Även föräldrar har hört av sig och varit nyfikna.

”**Man måste inte nödvändigtvis göra samma saker eller samma träningsprogram hela tiden. Men det är jätteviktigt att få till de där 150 minuterna i veckan**”

Viktigt att hela organisationen är med

Elisabeth Hansen säger att förankringen i organisationen kring deltagarna varit enormt värdefull.

– Det är viktigt med en stöttande chef. Det kan lyfta hela personalteamet. Det behövs också verkligen

att alla är positiva och jobbar ihop, från de som fattar besluten och håller i ekonomin till de som jobbar i boenden och andra som är nära målgruppen.

Det är också viktigt att alla som vill delta känner sig delaktiga och förstår vad det handlar om, säger hon.

– Många i den här målgruppen har lite svårt att förstå vad de ger sig in i. Så det är viktigt att jobba med delaktighet så att alla känner att de förstår.

Får inte bli ytterligare ett projekt

Elisabeth Hansen vill undvika termen "projekt" för den här typen av insats.

– Det sker så många projekt inom de här verksamheterna. Dels kan det leda till att personalen blir trötta på projekt och får svårt med engagemanget. Sen är projekt något man startar och sedan avslutar. När det gäller fysisk aktivitet för personer med IF är uthålligheten nödvändig.

Målet måste vara att skapa något bestående, menar hon.

– Man måste inte nödvändigtvis göra samma saker eller samma träningsprogram hela tiden. Men det är jätteviktigt att få till de där 150 minuterna i veckan och skapa en rutin kring det, som något man gör. *



Elisabeth Hansen (till vänster),
Marie Ohlsson (till höger)

Foto: Privat

Kontakt med arbetsplatsen viktig vid sjukskrivning på grund av psykisk ohälsa

Det är svårt för en läkare att bedöma om en person med psykisk ohälsa kan arbeta. Om läkaren får prata med personens arbetsgivare kan det bli lättare för läkaren att bedöma om personen kan arbeta.

Många som drabbas av psykisk ohälsa i form av depression, ångest och stressrelaterad ohälsa har svårt att få rätt vård och stöd. I de fall där det behövs sjukskrivning kan kontakten med läkaren vara avgörande. Men situationen är besvärlig även för dem.

– Det är en komplex uppgift för läkarna. De har ofta inte det stöd de skulle behöva för att hjälpa patienten på bästa sätt, säger den legitimerade läkaren Paula Nordling.

Paula Nordling har i sin avhandling från Sahlgrenska akademien, Göteborgs universitet ”Physicians’ practices in sickness certification for common mental disorders – assessment of work capacity and communication with the patient’s workplace” undersökt hur kunskap om arbetsplatsen och kontakt med patientens arbetsgivare påverkar läkarnas möjligheter att ge stöd på bästa sätt till dessa patienter.

Arbetsplatsen kan ge en bredare bild

Det är svårt att objektivt mäta psykisk ohälsa. Detta gör det svårt för läkaren att ställa diagnos och bedöma om personen behöver sjukskrivas. Även hur jobbet ser ut kan påverka om patienten kan arbeta på sitt jobb.

– Vilka arbetsuppgifter har personen? Sitter personen framför en skärm, eller träffar hen barn eller kunder hela dagen? Har hen ett vårdande yrke som kan vara känslomässigt tungt? Sköter hen en maskin eller kör en buss, så hen måste vara alert?



Vilka arbetsuppgifter en person har och vilka möjligheter som finns att anpassa dem spelar stor roll för om personer med psykisk ohälsa ska kunna arbeta.



Att läkaren får möjlighet att prata med arbetsplatsen ökar möjligheterna att hitta kompromisser som göra att en person med psykisk ohälsa kan återgå till arbetet. Men det är inte lätt varken för läkaren eller arbetsgivaren att ta den kontakten.

Kanske går det att anpassa arbetsplatsen eller arbetet. Patienten kanske under en viss period kan byta plats eller få andra uppgifter. Arbetsgivaren kan kanske under en period sänka kraven. Genom en kontakt med arbetsplatsen kan läkaren få en bredare och mer detaljerad bild av situationen.

– Det är ofta olika anpassningar som gör att en person kan gå tillbaka till jobbet.

” Det är ofta olika anpassningar som gör att en person kan gå tillbaka till jobbet.”

Flera hinder för att ta en kontakt

Men det är ganska ovanligt att läkaren har en sådan kontakt med arbetsplatsen.

– Läkaren kanske inte vet vem hen ska prata med eller har inte tid, säger Paula Nordling. Chefen i sin tur kan ha svårt att få kontakt med läkaren.

Hon berättar att tidigare kunde Försäkringskassan, chefen, patienten och läkaren ha ett avstämningsmöte när en patient hade svårt att komma tillbaka till arbetet. Där diskuterades bland annat just vad arbetsplatsen kunde göra för att underlätta för patienten att börja arbeta igen.

– Men de senaste åren har Försäkringskassan kraftigt dragit ner på sådana möten. Så läkaren har inte längre den vägen att få information från arbetsplatsen.

Resurslappen värdefullt verktyg

Som en del av sitt avhandlingsarbete tog Paula Nordling fram ett kortfattat och enkelt formulär som ska underlätta kommunikationen mellan läkaren och patienter med psykisk ohälsa. Formuläret, som hon kallat Resurslappen, består av tre delar.

Den första delen handlar om patientens arbete, den andra om vilka svårigheter patienten upplever på arbetsplatsen på grund av sin psykiska ohälsa, och den tredje om hur man kan anpassa arbetsplatsen. Läkaren tillsammans med patienten fyller i de första två delarna, och patienten tillsammans med sin chef fyller i del tre.

– Flera patienter jag intervjuade under arbetet med avhandlingen berättade att Resurslappen satte ord på det de upplevde. ”Det här jag försökt säga men inte hittat ord för. Nu kan jag kryssa i boxen”.

Läkare behöver utbildning i försäkringsmedicin

Paula Nordling menar att läkare även behöver bättre kunskaper i försäkringsmedicin, så att de kan göra bättre bedömningar och rekommendationer inom ramen för sjukförsäkringen.

Hon skulle också gärna se fler och bättre forskningsbaserade kunskapsunderlag om psykisk ohälsa och hur den relaterar till arbetsförmåga. Socialstyrelsen har gjort ett försäkringsmedicinskt

beslutsstöd, som Paula Nordling tycker är en bra början.

– Men även där kan man se att det är svårt ge tydlig vägledning när det gäller psykisk ohälsa. Så fler aktörer skulle gärna kunna ta ett ansvar här. *

Du kan ladda ner Resurslappen på www.gu.se/sites/default/files/2022-09/Resurslappen_med%20forsattsblad.pdf



Du kan ladda ner Paula Nordlings avhandling på gupea.ub.gu.se

Foto: Privat

Ungdomar med autism vill vara fysiskt aktiva – på sina villkor

► Ungdomar med autism är generellt mindre fysiskt aktiva än andra ungdomar. Det beror inte på att de inte vill vara aktiva. Men den fysiska aktiviteten måste vara anpassade till dem för att de ska vilja delta. Det visar fysioterapeuten inom Barn- och ungdomshabiliteringen Susann Arnell i sin avhandling ”Participation in physical activity among adolescents with autism spectrum disorder – the perspectives of adolescents, parents and professionals” från Örebro universitet.

Föräldrarna behöver stöd

Studien visar att faktorer som påverkar om ungdomarna ville delta i fysiska aktiviteter var hur de själva upplevde sin kompetens och självförtroende, hur motiverade de var, förmågan att anpassa sig till olika slags krav, hur förutsägbar aktiviteten var, samt i vilken utsträckning de själva kunde välja och påverka sitt deltagande. Konkreta exempel på aktiviteter de helst undvek som ungdomarna nämnde var aktiviteter där det fanns krav på sociala interaktioner eller att det var för hög ljudnivå. Ungdomarna uppskattade aktiviteter som var i ett tryggt socialt sammanhang, där de kunde delta självständigt och där det inte blev några överraskningar.

Susann Arnell menar att det pekar på hur viktigt det är att lyssna på barnen och ungdomarna med autism när man ska erbjuda fysiska aktiviteter. Hon säger också att det är viktigt att idrottslärare och andra professionella som arbetar specifikt med idrottsfrågor



Det är viktigt att lyssna på barnen och ungdomarna med autism när man ska erbjuda dem att delta i fysiska aktiviteter.

får vara med när barn och unga med autism diskuteras på skolan.

Susann Arnell visar också att många föräldrar inte hinner eller orkar prioritera den fysiska aktiviteten, och därför gärna ser att skolan, hälso- och sjukvården, idrottsorganisationer och andra aktörer tar ett större ansvar för att hjälpa även barn och ungdomar med autism att vara fysiskt aktiva. *

Du kan ladda ner Susann Arnells avhandling på oru.diva-portal.org

Foto: Elin Abelson



Bättre anpassningar kan ge längre arbetsliv vid MS

Många personer med MS får så småningom svårt att jobba.

Det gör att de allt eftersom får lägre inkomster.

Därför är det viktigt att de får sin diagnos tidigt.

Då kan det gå att bromsa sjukdomen

så de kan behålla en högre inkomst längre.

Multipel skleros, MS, är en sjukdom som drabbar centrala nervsystemet. Den visar sig oftast vid mellan 20 och 40 års ålder, och drabbar oftast kvinnor. MS har tidigare varit svår att diagnosticera. Men nu kan de som drabbas generellt diagnosticeras betydligt tidigare än för bara några decennier sedan.

Hälsoekonomen Chantelle Murley vid avdelningen för försäkringsmedicin vid Karolinska institutet har undersökt arbetslivet och inkomster bland personer som nyligen har fått en MS-diagnos. Hon har även undersökt de samhällsliga kostnaderna för sjukvård och sjukfrånvaro.

– Redan innan personen får sin diagnos kan man ibland se att arbetsinkomsten börjar stagnera, säger hon. Därefter går inkomsten i princip stadigt nedåt.

Chantelle Murleys avhandling heter ”Work, disability, economic situation, and societal costs of multiple sclerosis in Sweden”.

Symptom som är svåra att se

Det är vanligt att det första de som drabbas märker är att de blir trötta oftare och längre. De kan också behöva gå på toaletten oftare. Så småningom drabbas ofta balansen, vilket gör att risken att falla ökar, och de som drabbas kan tappa tilltron till den egna kroppen.

Men nästan alla delar av nervsystemet kan drabbas, så symptomen för MS kan vara väldigt varierande.

– Detta har gjort att värden har haft svårt att diagnosticera MS, säger Chantelle Murley. Ganska ofta har diagnosen ställts när alla andra diagnoser kunnat uteslutas.

Men de senaste decennierna har det tagits fram bättre diagnoskriterier som tillsammans med magnetisk resonanstomografi gör det lättare att ställa en

MS-diagnos tidigare under sjukdomens förlopp. Det gör också att det går att tidigare sätta in mediciner som bromsar sjukdomen.

” **Kan arbetsplatsen göra flexibla anpassningar så kan personen med MS fokusera sin kapacitet på jobbet, och kan kanske fortsätta jobba istället för att behöva sluta.**”

Många blir trötta och energilösa

Symptomen på MS kommer ofta i skov, och det kan variera väldigt mycket hur ofta skoven uppträder.

– Det gör att det inte går att veta från dag till dag hur symptomen kommer vara, eller hur allvarliga symptomen kommer bli framöver.

Symptomen kan göra att personer med MS får svårt för fysiska aktiviteter och sociala kontakter, eller undviker dem.

– Det drabbar givetvis livskvaliteten. Samtidigt är det väldigt värdefullt att hålla igång med fysiska aktiviteter, för att motverka att symptomen blir större.

Det är också vanligt att personer med MS upplever att de saknar energi.

– Det påverkar ju allt. Det kan bli svårt att orka med jobbet, och ännu svårare att orka med något efter jobbet. Trötthet är också svårt att se utifrån, vilket kan göra det svårare att få rätt stöd, vård och förståelse från omgivningen.



Personer med MS blir ofta trötta och tycker att de saknar energi. Sådant är svårt att se utifrån. Därför är det väldigt viktigt att lyssna på personerna, och fokusera på att ge stöd för de symptom de tycker ställer till störst problem för dem.

Mindre pengar men ökade kostnader

När symptomen blir allvarigare måste personer med MS ofta gå ner i arbetstid, och kanske så småningom sluta arbeta helt. Att arbeta är inte bara viktigt för personerna med MS, utan också i förlängningen för samhället i stort. Det handlar både om det eventuella produktionsbortfallet för samhället och kostnaderna för sjukförsäkringssystemet.

Behovet av mediciner, vård och hjälpmedel ökar också när symptomen blir större. Personerna kan också behöva lägga mer resurser på transporter, och på att anpassa bostaden.

– Så allt eftersom får de både mindre inkomster och större utgifter.

Win-win med tidigare insatser

För att stödet till personer med MS ska bli effektivt är det viktigt att lyssna på personerna, säger Chantelle Murley, och fokusera på de symptom som patienten

tycker har mest negativ påverkan. Enkel tillgång till toalett kan vara en sådan sak, säger hon.

– Kan arbetsplatsen göra flexibla anpassningar så kan personen med MS fokusera sin kapacitet på jobbet, och kan kanske fortsätta jobba istället för att behöva sluta.

Det är dessutom samhällsekonomisk en win-win-situation säger hon.

– Kan personer med MS arbeta längre är det bra för deras privatekonomi och sociala kontakter samtidigt som samhället får lägre försäkringskostnader för den här gruppen. *



Du kan ladda ner Chantelle Murleys avhandling på openarchive.ki.se

Foto: Privat

Annons ▼

NORRBACKA-EUGENIASTIFTELSEN

NORRBACKA-EUGENIASTIFTELSEN UTLYSER ANSLAG TILL FORSKNING

Inom området forskning rörande personer med varaktig fysisk rörelsenedsättning kan anslag sökas till:

- Forskning som är nyskapande och bedrivs med hög vetenskaplig kvalitet, samt i vissa fall till utvecklingsarbete och försöksverksamhet.

- Forskning som förbättrar situationen för målgruppen barn, ungdomar och vuxna med varaktig fysisk rörelsenedsättning och tvärvetenskapliga projekt välkomnas särskilt.

Läs gärna på hemsidan där det finns redovisningar av vilka ansökningar som tidigare beviljats anslag. Anslag ges endast undantagsvis till grundforskning.

Ansökan ska vara stiftelsen tillhanda senast den 30 april 2023.

Ansökningsblankett kan hämtas på www.norrbacka-eugenia.se

Lesson study bra verktyg vid undervisning av elever med autism och IF

► Det är en stor utmaning för lärare att undervisa barn och ungdomar som har intellektuell funktionsnedsättning, IF, i kombination med autism. Det ställer särskilt stora krav på nyutexaminerade lärare.

Läraren Kamilla Klefbeck har i flera studier undersökt hur metoden lesson study kan bidra till en bättre undervisning för dessa elever. Hon presenterar resultaten i sin avhandling från Malmö universitet ”Att få tillträde till lärprocesser – Professionell utveckling för lärare som undervisar elever med intellektuell funktionsnedsättning och autism i grundskolan”.

Ögonöppnare för många lärare

Kamilla Klefbeck menar att det finns en risk att själva undervisningen för barn med IF och autism hamnar i bakgrunden och att mycket fokus i stället hamnar på omsorg eller att hantera utmanande beteenden hos elever. Det kan leda till att eleverna inte kan tillgodogöra sig de kunskaper undervisningen ska förmedla. Hon menar att lesson study kan vara ett sätt



för lärarna att hitta en modell för lärande som både fungerar för dem och eleverna.

Traditionellt har lärarna inom grundskolan ofta planerat och genomfört undervisningen själva, och satt upp egna mål utifrån egna strategier. I lesson study utvecklar lärarna en gemensam plan för lektionen, utifrån de behov de identifierat gemensamt. En central del i lesson study är att lärarna tillsammans tittar på en inspelning av undervisningen, diskuterar resultatet och utifrån det gemensamt modifierar undervisningen.

Kamilla Klefbeck kunde konstatera att det för många lärare blev en ögonöppnare när de insåg vilka insatser som fick avsedd effekt och vilka som inte fick det, hur mycket som finns att vinna av att lära av kollegor, och av att ta stöd och råd från varandra. *

Du kan ladda ner Kamilla Klefbecks avhandling på mau.diva-portal.org

Foto: Högskolan Kristianstad



Kbt för unga – viktigt att anpassa behandlingen

► Det finns få större randomiserade kontrollerade studier som har utvärderat behandlingar baserade på kbt, kognitiv beteendeterapi, för tonåringar med adhd. Resultaten har varit lovande, men evidensen för psykologiska behandlingar för den här åldersgrupp är fortfarande bristfällig. Ungdomarnas egna åsikter om behandlingen lyfts också sällan fram.

Psykologen Jenny Meyer har i sin avhandling från Institutionen för medicinska vetenskaper, Barn- och ungdomspsykiatri vid Uppsala universitet utvärderat en åldersanpassad version av en behandlingsmetod som kallas strukturerad färdighetsträningsgrupp, SSTG, som är baserad på dialektisk beteendeterapi, DBT. Hon har även undersökt hur kliniska faktorer hänger ihop med den upplevda funktionsnedsättningen i olika områden i livet för denna grupp patienter. Jenny Meyers avhandling heter ”ADHD in adolescence – Evaluation of a structured skills training group and associated predictors of functional impairment”.

Även unga med lindriga symptom kan behöva stöd

Resultaten pekar på att SSTG inte var mer effektiv än en kortare utbildning för ungdomar med adhd. Men

resultaten pekar också mot att SSTG kan vara effektiv för vissa ungdomar med adhd, där effekten verkar bäst för ungdomar som har problem att hantera känslor och impulsivitet. Jenny Meyers forskning pekar också på att behandlingen behöver anpassas för att ge tydliga förändring av ungdomars beteenden och funktion i vardagen.

Hon konstaterade att ungdomarnas och föräldrarnas bedömning av ungdomarnas funktionsnedsättning skiljde sig ganska mycket åt. Jenny Meyer menar att det pekar på hur viktigt det är att både föräldrar och ungdomen får berätta hur de upplever problemen. Att vissa föräldrar bedömer att deras barn har stora problem på grund av sin funktionsnedsättning även när ungdomen har symptom under de kliniska gränsvärdena tyder på att även ungdomar med lindriga symptom kan behöva stöd. *

Du kan ladda ner Jenny Meyers avhandling på uu.diva-portal.org

Foto: Privat



Hallå där!

Den 11–12 maj pågår konferensen "Centrum för Kompetensutveckling i Vård och Omsorg (CKVO) konferens 2023" med temat "Jämlig hälsa i en osäker värld". Konferensen hålls på Institutionen för pedagogik och didaktik vid Stockholms universitet. Pelle Pelters är forskare vid institutionen och en av de som organiserar konferensen.



Foto: Annika Erolahti

Vad är det här för konferens?

Centrum för Kompetensutveckling i Vård och Omsorg är ett samarbete mellan Institutionen för pedagogik och didaktik, Institutionen för socialt arbete, Psykologiska institutionen och Specialpedagogiska institutionen vid Stockholms universitet. Centrum stödjer forskning om äldre, personer med funktionsnedsättning och annan forskning inom det socialpedagogiska fältet. Centrum har i många år delat ut projektmedel och utlyser vartannat år en halv doktorandtjänst. Vi tänkte att en konferens är ett bra sätt att se vad det har blivit av den forskning vi varit med och finansierat. Årets konferens är den första i vad vi hoppas blir en återkommande konferens. Beroende på intresse återkommer den kanske vartannat eller vart tredje år. Vi hoppas också att konferensen blir ett bra tillfälle för forskare och andra intresserade att träffa varandra och nätverka och att den kan bli ett tillfälle för teori och praktik att mötas.

Vad är inriktningen på konferensen?

Det handlar ju om vård, omsorg och hälsa. Vi ser gärna att den forskning som presenteras kommer från det samhällsvetenskapliga hållet och att det inte är så mycket fokus på medicin eller folkhälsovetenskap. Vi ser gärna att forskarna lyfter fram forskning som kan bidra till jämlikhet, jämställdhet, likvärdighet, och som handlar om människors rättigheter. Det kan handla om hälsa i arbetslivet, hur media rapporterar kring det vi vill belysa, vad vi som samhälle har för hälsoideal.

Så vårt fokus är snarare bemötande än behandling. Vi vill också belysa vilka möjligheter människor ges utifrån sina personliga förutsättningar som kan vara

kopplade till exempelvis etnicitet, funktionalitet eller genus.

Plenarföreläsare är professor Fanny Ambjörnsson och professor emeritus Anders Gustafsson, som också var med och grundade kompetenscentrumet.

”**Med tanke på hur det ser ut i vården och omsorgen idag, med resursproblematik och ohållbara arbetssituationer för vård- och omsorgspersonal, så är det väldigt angeläget att lyfta rättighetsperspektivet.**”

Varför är det här så viktigt?

Med tanke på hur det ser ut i vården och omsorgen idag, med resursproblematik och ohållbara arbetssituationer för vård- och omsorgspersonal, så är det väldigt angeläget att lyfta rättighetsperspektivet. Vi hoppas också att vi kan diversifiera och komplicera hur vi pratar om hälsa i samhället. Idag är den diskursen lite simplistisk. Det är viktigt att arbeta för att så många som möjligt ska kunna gynnas av vårdsystemet. *

Konferensen är gratis och konferensspråket kommer att vara svenska. Vissa delar av konferensen kommer även vara tillgängliga via webben. Den som har frågor kring arrangemanget kan nå organisatörerna på konferens.edu@su.se

Nästa nummer ...

... av Forskning om funktionshinder
pågår utkommer vecka 21.

Kalendern 2023

MAJ

11-12

Reykjavik, Island

NNDR 16th Research conference.

Information: nndr2023.is

11-12

Stockholm, Sverige

CKVO Konferens: Jämlik hälsa i en osäker värld.

Information: su.se/institutionen-for-pedagogik-och-didaktik/forskning/konferenser-och-seminarier

22-26

Warszawa, Polen

International Mobility Conference (IMC18). Information Resulting in Mobility and Ability.

Information: imc18poland.com

24-27

Ljubljana, Slovenien

35th EACD (European Academy of Childhood disability) annual meeting. Smarter Goals for Better Future.

Information: eacd2023.org

JUNI

4-8

Cartagena, Colombia

17th ISPRM World Congress – ISPRM 2023 (International Society of Physical and Rehabilitation Medicine). New perspectives in Physical Medicine and Rehabilitation for global health challenges.

Information: isprm2023.org

14-16

Halmstad, Sverige

10th Nordic Health Promotion Research Conference. Sustainability and the impact on health and well-being.

Information: hh.se/english/about-the-university/events/nordic-health-promotion-research-conference

16-18

London, England

Movement and Cognition: The Learning Brain.

Information: movementis.com

JULI

6-7

Stockholm, Sverige

ICDD 2023: 17. International Conference on Disability and Diversity.

Information: waset.org/disability-and-diversity-conference-in-july-2023-in-stockholm

24-27

Cancún, Mexico

19th Biennial Conference of ISAAC, (International Society for Augmentative and Alternative Communication). Communication Beyond Borders.

Information: isaac-online.org

SEPTEMBER

13-15

Ljubljana, Slovenien

11th European Conference on Mental Health.

Information: ecmh.eu



UPPSALA
UNIVERSITET

Flyttat eller bytt e-postadress? Meddela redaktionen:
E-post cff@cff.uu.se eller telefon 018-471 64 45.

Ansvärg utgivare Päivi Adolfsson, tel. 018-471 64 45,
paivi.adolfsson@cff.uu.se

Redaktör Kim Bergström, tel. 018-56 12 04,
kim.bergstrom@ordvet.se · Lennart Köhler, tel. 018-56 12 03,
lennart.kohler@ordvet.se · Karin Sonnander (konsult),
tel. 018-471 61 69, karin.sonnander@pubcare.uu.se
Tidningsärenden Centrum för forskning om
funktionshinder, 018-471 64 45, cff@cff.uu.se

Grafisk produktion Matador kommunikation, Uppsala.

Omslagsbild Shutterstock.

Bilder Shutterstock och Pixabay, om inget annat anges.

Tryck Exakta.

Tidningen ges ut fyra gånger om året.
På Centrum för forskning om funktionshinderns hemsida
kan man hitta alla tidigare nummer av tidningen:
www.cff.uu.se/Tidskrift_/

ISSN 1103-1956 (Print)
ISSN 2004-4984 (Online)