

ACT som dataspelför att få ungdomar att må bättre
 (Acceptance and Commitment Therapy/Training, ACT)
 Stockholm 2017-02-04


Fredrik Livheim
 leg. psykolog, Peer Reviewed ACT Trainer, projektledare ACT
 CPF – Centrum för Psykiatrforskning,
 Stockholms läns landsting och Karolinska Institutet





Att hjälpa många samtidigt
 Interaktiv ACT/KBT självhjälp via Internet
www.papilly.com




8 lätta steg ...


8
 sessioner


20-30
 Minuter/session


1
 Session/vecka



Problemlösning Papilly

www.papilly.com



Endast tillsammans kan vi bygga det här

Användare
Användarna styr hur tjänsten utvecklas utifrån vad de använder och hur.

Forskare & experter
Experter inom respektive områden sammankallas och utgår från det effektivaste som finns just nu. Samt gör studier på hur tjänsterna fungerar.

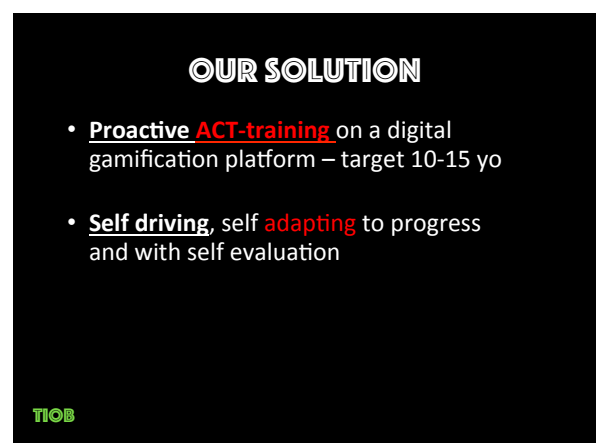
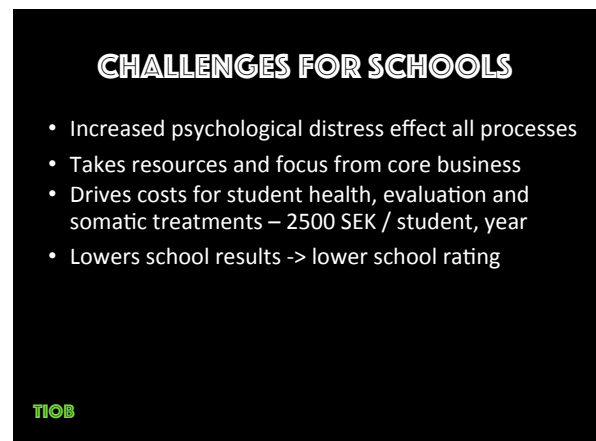
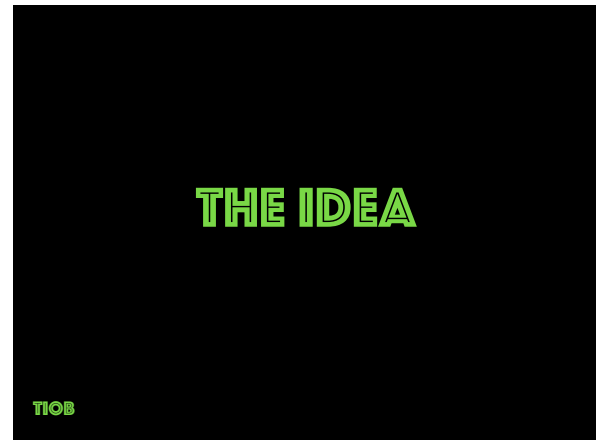
Webbutvecklare & designers
De främsta webb- och spelutvecklarna gör tjänsten så att den håller väldigt hög klass samt är rolig att jobba med.






Enkelt och billigt (gratis att testa)
www.papilly.com





OUR SOLUTION

- **Monitoring platform** for professionals (teachers, health staff etc)
- Added training to specific **target groups** (ex Autism, Aspergers)

TIOB

DNA-V MODELLEN

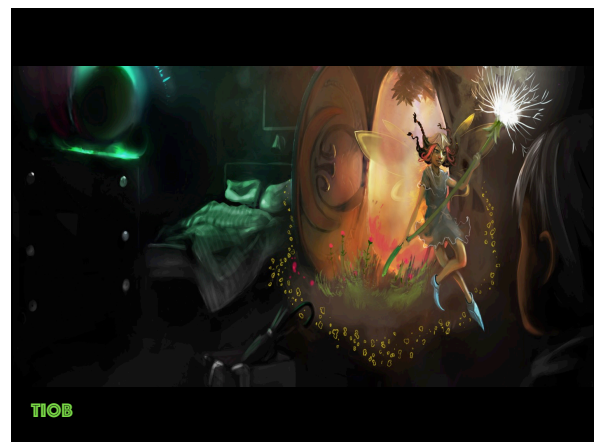
TIOB

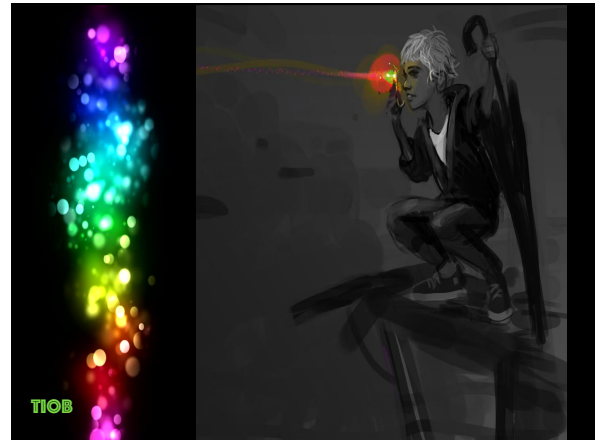
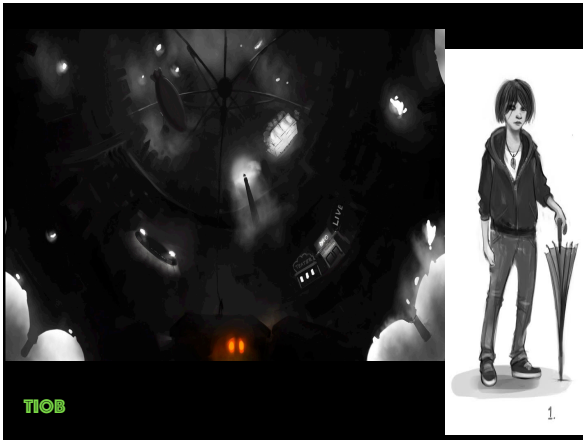
TIOB

CURRENT STATE

- Start phase ends June 2016 – self financed
- Registered, organisation set up
- Game frame, illustrations, methods
- Business model – Lean Canvas
- STING Test Drive Health, start up-coaching
- Market survey – public grant
- Free office

TIOB





ADVISORY BOARD

Caroline Björck – Forskningsledare, Statens Institutionsstyrelse
Louise Hayes – PhD, University of Melbourne, ACT treatment of youth
Joseph Ciarrochi – PhD, Professor Institute of Positive Psychology and Education, Australian Catholic University
Walter Osika – Associate professor, MD, PhD, Head of Center for social sustainability, (CSS), Karolinska Institutet

***Eva Serlachius** – PhD, MD, Psychiatrist, Chef BUP Stockholm
***Eva Henje-Blom** – PhD, MD, Psychiatrist, postdoc Stanford University
***Sven Bremberg** – Associate professor, expert Public health agency
***Mike Levin** – PhD, researcher within projects for ACT over web
**under consideration*



EU-ansökan om 30 miljoner

Table 3: overview of STRESS-IT primary preventions interventions

Intervention type	10-12 year olds	13-16 year olds	17-25 year olds
Group-based	Stress education (VUA)	ACT - adolescents (KI)	ACT - young adults (KI)
IT-based	IT version (ITU, VUA)	GAME (TIOB, ITU)	Online self-help (PAP)
Group & IT based interventions	Stress education (VUA) & IT version (ITU, VUA)	ACT-adolescents (KI) & GAME (TIOB, ITU)	ACT-young adults (KI) & Online self-help (PAP)
Passive control	Passive control	Passive control	Passive control

Stor satsning (på bl.a ACT) minskade psykisk ohälsa från 9.5% till 1.5% (samt minskade självmord)

30 miljoner svt Nyheter Norrbotten

Nyheter Regionalt Sport Kultur Opinion Väder

Haparandas unga mår bättre

27 november

Ett pilotprojekt för psykisk hälsa bland Haparandas barn och unga har haft effekt. Betydligt färre mår dåligt nu, jämfört med för två år sedan.

Västra Götaland utbildar 100 gruppleddare 2017-2018

The screenshot shows the homepage of the Västra Götaland Region website. The header features the region's logo and the name 'Närhälsan'. A navigation menu includes links for 'Startsida', 'Hitta mottagning', 'Om du blir sjuk', 'Inför ditt besök', 'Patientavgifter', 'Om Närhälsan', and 'Jobba hos oss'. The main content area has a red background with a white text box that reads: 'Välkommen till din egen ungdomsmottagning. Ungdomsmottagningen är till för dig som fyllt 13 men inte 25 år. Din hälsa är viktig för oss och vi arbetar för att du ska må så bra som möjligt.' Below this is a photo of a young woman. To the right, there is a 'Länkar' section with a link to 'UNO - din ungdomsmottagning på nätet' and a 'Nyheter' section with a link to 'Närhälsans ungdomsmottagningar i Skaraborg först i landet med virtuellt mottagning'.

Tack!

Fredrik Livheim
leg. psykolog, projektledare ACT
Telefon: 070 - 737 52 90
E-post: livheim@gmail.com

www.livskompass.se



LIVSKOMPASS