

# Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa

Västra Götaland och Göteborg





# Vilka är vi?

**Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa (NSPH) Västra Götaland och Göteborg** startade 2008. Vi är en samarbetsorganisation bestående av patient-, brukar- och anhörigföreningar inom området psykisk ohälsa, beroende och suicidalitet. Vi arbetar för ökat inflytande för personer med psykisk ohälsa.

All personal på vårt kansli har erfarenhet av psykisk ohälsa, antingen för egen del eller som anhörig. Vi ser oss patienter, brukare och anhöriga som en ombärlig resurs i vården, stödet och behandlingen.



# Vad gör vi?

NSPH Västra Götaland och Göteborg arbetar utifrån olika metoder och verktyg med syfte att öka kunskap om psykisk ohälsa, öka inflytande och egenmakt för brukare samt förbättra bemötande till personer med psykisk ohälsa. Några exempel på sådana metoder och verktyg är:

**Brukarstyrd brukarrevision** är en undersökning som bygger på intervjuer eller enkäter med brukare/patienter och som leds av personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa.

**Studiecirklar** som leds av egenerfarna och som tar upp ämnen så som ökad egenmakt, minskad självstigma, rättigheter och hur man kan organisera sig.

**Hjärnkollsambassadörer** som föreläser om sin erfarenhet av psykisk ohälsa och vägen mot återhämtning.

**Peer Support** innebär att personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa certifieras och anställs inom vård och omsorg eller skola för att stötta brukare, patienter och elever i deras återhämtningsprocesser.

*Fler metoder och verktyg samt handbok och webbutbildning [finns på vår hemsida.](#)*



# Handbok och webbutbildning

Vi har tagit fram *Handbok i brukarinflytande*. I den beskrivs våra metoder och verktyg, men också hur man kan arbeta långsiktigt med brukarinflytande. Boken kan beställas kostnadsfritt eller laddas ner på vår hemsida. Där finns även *Webbutbildning i brukarinflytande*, som är ett komplement till handboken.



# Påverkan och kommunikation

NSPH Västra Götaland och Göteborg arbetar för att nå ut till allmänheten och öka förståelsen för hur det är att leva med psykisk ohälsa. Vi är med och påverkar inom många områden, däribland:

- Förebyggande och tidiga insatser
- Utbildning, kunskap och bemötande
- Vård och behandling
- Hjälp, stöd, rehabilitering och habilitering

I vårt opinionsarbete ingår att uppmärksamma politiker, myndigheter och andra opinionsbildare om våra gruppers behov, rättigheter och krav på samhället och psykiatrin.





# Vill du veta mer?



[nsphvastragotland.se](https://nsphvastragotland.se)  
[facebook.com/NSPHVastraGotaland](https://facebook.com/NSPHVastraGotaland)  
[linkedin.com/company/nsphvastragotland](https://linkedin.com/company/nsphvastragotland)



[info@nsphvastragotland.se](mailto:info@nsphvastragotland.se)



Första Långgatan 18  
413 28 Göteborg