

# **Brädspel som verktyg för att främja relationen mellan professionell och barnskyddsklient**

## **Klienter med riskbruk**

Eddi Bussman

Nichakan Granborg

Lotta Kainulainen

Examensarbete för socionom (YH)-examen

Utbildning till socionom

Åbo 2024

## EXAMENSARBETE

Författare: Eddi Bussman, Nichakan Granborg, Lotta Kainulainen

Utbildning och ort: Socionom (YH), Åbo

Titel: Brädspel som verktyg för att främja relation mellan professionell och barnskyddsklient - Klienter med riskbruk

---

Datum: 3.5.2024 Sidantal: 31

Bilagor: 5

---

### Abstrakt

Utvecklingsarbetet är ett beställningsarbete från Luna familjecenter AB. Syftet med detta utvecklingsarbete var att skapa ett brädspel för att främja relationen mellan professionell och barnskyddsklient. Relation är en central faktor inom barnskyddet eftersom det påverkar ungdomens välbefinnande, trygghet och utveckling. Att främja en god och tillitsfull relation bidrar positivt till samarbetet mellan professionell och barnskyddsklient. Produkten är skapad till Luna familjecenters hybridenhet Lunabacken och målgruppen i utvecklingsarbetet är 13–16 åringar med ett riskbruk. Riskbruk har negativa effekter på ungdomens utveckling och vid en längre användning kan det resultera till långvariga problem. Ju yngre ungdomen är vid experimentering av rusmedel desto större risk är det för ungdomen att utveckla problemanvändning i ett senare skede av livet.

För att förstå problematiken har litteraturstudier gjorts kring ungdomsutveckling, delaktighet, motiverande samtal och varför man använder brädspel inom socialt arbete. Information har sammanställts från uppdragsgivaren genom regelbundna möten. I utvecklingsarbetet har metoden bygg- mät- lär loopmetoden använts. För att utveckla brädspelet har arbetsgruppen använt sig av feedback från enhetschefen på Lunabacken samt ungdomar i samma ålder som målgruppen.

Genom användning av brädspel får ungdomen en bättre möjlighet att diskutera, reflektera och försöka förstå sina egna utmaningar och känslor. Genom att handledaren är med och stöder ungdomen under spelet, utvecklas samtidigt en relation mellan dem. Den slutliga versionen av brädspelet kommer användas av handledare på Lunabacken. Handledarna kommer även ha tillgång till "handledarens instruktioner" där det står vilka saker hen behöver veta och hur hen kan förbereda sig inför spelet.

---

Språk: svenska

Nyckelord: relation, riskbruk, brädspel, motiverande samtal, delaktighet

## OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Eddi Bussman, Nichakan Granborg, Lotta Kainulainen

Koulutus ja paikkakunta: Socionom (YH), Turku

Nimike: Lautapeli työkaluna ammattilaisen ja lastensuojelun asiakkaan välisen suhteen edistämässä - Asiakkaat riskikäytöllä / Brädspelet som verktyg för att främja relation mellan professionell och barnskyddsklient - Klienter med riskbruk

---

Päivämäärä: 3.5.2024

Sivumäärä: 31

Liitteet: 5

---

### Tiivistelmä

Kehitystyö on tehty tilaustyönä Luna perhekampus OY:lle. Tämän kehitystyön tavoite on laatia lautapeli, jonka tarkoitus oli edistää ammattilaisen ja lastensuojeluasiakkaan suhdetta. Suhde on keskeinen tekijä lastensuojelussa sillä se vaikuttaa nuoren hyvinvointiin, turvallisuuteen sekä kehitykseen. Hyvän ja luottavaisen suhteen edistämällä on myönteinen vaikutus yhteistyöhön ammattilaisen ja lastensuojeluasiakkaan välillä. Tuote on luotu Luna perhekeskuksen hybridiyksikölle Lunabackenille ja kohderyhmänä kehitystyössä on 13–16-vuotiaat, jolla on riskikäyttöä. Riskikäytöllä on kielteisiä vaikutuksia nuoren kehitykselle ja pidemmällä käytöllä se voi johtaa pitkäjänteisiin ongelmiin. Mitä nuorempi nuori on päihdekokeilun aikana, sitä suurempi riski nuorella on kehittää ongelmakäyttöä myöhemmin elämässään.

Ongelmallisuuden ymmärtämiseksi on tehty kirjallisuuden opiskelua nuorisokehityksen, osallisuuden ja motivoivan haastattelun aiheista, sekä siitä miksi lautapelejä käytetään sosiaalisuudessa. Tieto on koottu yhteen toimeksiantajalta säännöllisten tapaamisten perusteella. Kehitystyössä menetelmänä on rakenna-mittaa-opi-kehä käytetty. Lautapelin kehittämiseksi työryhmä on käyttänyt palautetta Lunabackenin yksikköjohtajalta sekä nuorilta samassa iässä kohderyhmän kanssa.

Lautapelin käytössä nuorella on parempi mahdollisuus keskustella, pohdiskella ja ymmärtää omat haasteensa ja tunteensa. Olemalla mukana ja tukemalla nuorta pelin aikana, ohjaaja myös kehittää ohjaajan ja nuoren välisen suhteen. Lautapelin lopullinen versio tulee olemaan Lunabackenin ohjaajien käytössä. Ohjaajilla on myös käytettävissä ”ohjaajan ohjeet”, joissa kerrotaan, mitä asioita hän voi ottaa huomioon ja miten hän voi valmistautua peliin.

---

Kieli: Ruotsi

Avainsanat: suhde, riskikäyttö, lautapeli, motivoiva haastattelu, osallisuus

## **BACHELOR'S THESIS**

Author: Eddi Bussman, Nichakan Granborg och Lotta Kainulainen

Degree Programme: Degree Programme in Social Services, Turku

Title: Board Game as A Tool to Promote The Relationship Between Professional and Child Protection Client - Clients With Hazardous Use / Brädspel som verktyg för att främja relation mellan professionell och barnskyddsklient - Klienter med riskbruk

---

Date: 3.5.2024

Number of pages 31

Appendices: 5

---

### **Abstract**

The development work is a commissioned work from Luna Familjecenter AB. The purpose of this development work was to create a boardgame to promote the relationship between a professional and a child welfare client. Relationship is a key-factor in child welfare as it affects the well-being, safety and development of the youth. Promoting a good and trusting relationship contributes positively to the cooperation between the professional and the child welfare client. The product is created for Luna Familjecenter AB's hybrid unit Lunabacken and the target group of the development work is 13–16-year-olds with hazardous use. Hazardous use has negative effects on the youth's development and prolonged use can result in long-term problems. The younger the youth is when experimenting with substances, the greater the risk of developing problematic use later in life.

In order to understand the problem, literature studies have been conducted on youth development, participation, motivational interviewing and why board games are used in social work. Information has been gathered from the employer through regular meetings. In the development work, the build-measure-learn method has been used. To develop the board game, the project group has used feedback from the unit manager at Lunabacken and teenagers in the same age group as the target group.

By using the board game, youths have a better opportunity to discuss, reflect and try to understand their own challenges and feelings. By having the counselor being involved and support the youth during the game, a relationship develops between them. The final version of the board game will be used by counselors at Lunabacken. The counselor will also have access to "Counselor instructions" informing them what they need to know and how they can prepare for the game.

---

Language: swedish

Key words: relationship, hazardous drinking, board game, motivational interviewing, participation

## Innehållsförteckning

1	Inledning .....	1
2	Avgränsningar.....	2
3	Riskbruk av rusmedel bland unga .....	3
3.1	Alkoholanvändning bland unga .....	3
3.2	Nikotinanvändning bland unga.....	4
3.3	Cannabisanvändning bland unga .....	5
3.4	Spelproblematik bland unga .....	6
3.5	Riskfaktorer för ungas rusmedelsanvändning.....	7
3.6	Skyddsfaktorer och stödåtgärder för ungas rusmedelsanvändning.....	8
4	Ungdomsutveckling.....	9
4.1	Fysisk utveckling.....	10
4.2	Kognitiv utveckling .....	10
4.3	Socioemotionell utveckling.....	11
5	Motiverande samtal .....	12
5.1	Motstånd inom motiverande samtal .....	13
5.2	Relationens kvalitet och dess betydelse .....	14
6	Delaktighet .....	14
6.1	Empowerment .....	16
6.2	Maktrelationer .....	16
7	Varför använder man spel i socialt arbete.....	17
8	Utvecklingsprocess .....	17
8.1	Första loopen.....	19
8.2	Andra loopen .....	20
8.3	Tredje loopen.....	23
9	Den färdiga produkten .....	24
10	Kritisk granskning.....	26
11	Slutdiskussion.....	27
12	Källförteckning .....	29
	Bilaga 3 Brädspelet.....	6

## Bilagor

Bilaga 1	Innehållsanalys .....	1
Bilaga 2	Artikelsökning.....	3
Bilaga 3	Brädspelet.....	6
Bilaga 4	Spelets instruktioner .....	7
Bilaga 5	Handledarens instruktioner .....	8
Bilaga 6	Brädspelets frågor .....	9

## 1 Inledning

Utvecklingsarbetet är ett beställningsprojekt av Luna Familjecenter AB:s hybridenhet Lunabacken. Lunabacken är en barnskydds-enhet som tar emot omhändertagna eller placerade barn inom öppenvården för en period mellan 2-10 månader. Hybridenheten tar emot ungdomar i åldrarna 10-17 med bland annat ett riskbruk. (Lunafamiljecenter, u.å).

Riskbruk betyder att det finns ett bruk av ett rusmedel som ökar risken för psykiska-, fysiska- eller sociala konsekvenser. Begreppet riskbruk kan definieras av en hög konsumtion under en tid eller att individen använder sig av en stor mängd av ett rusmedel under ett tillfälle minst en gång om månaden. Riskbruk definieras både av hur mycket individen använder och hur användnings mönstret ser ut. (Beroendecentrum Stockholm, u.å).

Syftet med utvecklingsarbetet är att främja relationen mellan klient och professionell och samtidigt öka klientens förståelse om riskbruket. Målet med utvecklingsarbetet är att skapa ett brädspel som fungerar som underlag till att skapa en öppen och ärlig kommunikation samt se till att klienten ska kunna bli hörd, förstådd och respekterad.

Centrala faktorer i en relation är arbetsallians och empati. Arbetsalliansen handlar om klientens och professionellas gemensamma förståelse om problematiken och vilka insatser som behövs till att göra en förändring. När en professionell kan sätta sig in i klientens perspektiv ökar det chansen till att klienten känner sig hörd och förstådd. (Barth & Näsholm, 2018, ss. 35-36). Välinformerat samtycke, goda relationer och en dialogisk relation viktigt för att socialt arbete kan möjliggöras. (Payne, 2015, s. 48).

Användningen av brädspel underlättar en kommunikation där personerna har olika interaktionsstilar och det gör det även möjligt att öva på realistiska situationer. Brädspels lekfulla natur skapar en avslappnad atmosfär som uppmuntrar till öppenhet och samarbete. Genom att spela tillsammans bidrar det till att stärka relationen mellan klient och handledare samt öka förståelsen för varandras perspektiv. (Hytti, u.å, ss. 8-10).

Det är nödvändigt att professionella har kunskap om ungdomsutvecklingen för att kunna främja sunda beteendeförändringar. (Naar-King & Suarez, 2014, s. 43). Motiverande samtal bidrar positivt till relationen mellan professionell och klient. (Holm Ivarsson, Ortiz, & Wirbing, 2016, ss. 7-10). Att som ungdom få känslan av att sin röst blir hörd eller att man

har ett inflytande är väldigt betydelsefullt i barnskyddsprocessen. (Åhl;Karlsson;& Ingeström, 2020, s. 4). Utvecklingsarbetet kommer även gå djupare in på hur dessa områden påverkar brädspelet.

## 2 Avgränsningar

När samarbetet med projektbeställaren Luna Familjecenter AB började blev arbetsgruppen omedelbart intresserade av hybridheten Lunabacken. Men eftersom Lunabacken har resurser till att ta emot ungdomar med problematik som missbruk, kriminalitet, riskbeteende och beteendestörningar, behövdes det göras en avgränsning till endast en av målgrupperna. I början av projektarbetet tänkte arbetsgruppen att fokusera på relationen mellan ungdom och handledare och även på relationen mellan ungdom och förälder. Men efter ett möte med Lunabacken och reflektion inom gruppen, gjordes valet att endast fokusera på relationen mellan ungdom och handledare.

För att vidare avgränsa målgruppen har arbetsgruppen gjort valet att fokusera på ungdomar med riskbruk. Avgränsningen gjordes eftersom missbruk är ett väldigt brett ämne och även för att Lunabackens resurser är mera lämpliga för klienter med ett riskbruk. Enligt Johansson och Wirbing (1999, ss. 23-24) kan missbruk variera i både intensitet samt frekvens medan beroende är mer permanent. För att skilja mellan bruk och missbruk fokuserar man inte på vilken mängd som individen konsumerar, utan man fokuserar på om konsumtionen orsakar problem, skador eller om individen på grund av konsumtionen tar farliga risker.

Ordet beroende kan förklaras genom att en individ upplever att det finns något som hen inte kan leva utan. Det vanligaste som man kopplar till ett beroende är alkohol och droger, det vill säga substansberoende. En individ kan även utveckla ett beroende till bland annat sex, spel och mat. När ett beroende har skapats har hjärnans belöningssystem redan påverkats tillräckligt mycket för att en förändring har kunnat ske. (Pixneklinsen, 2024).

Lunabacken tar emot ungdomar i 10–17 års åldern, men efter första mötet med Lunabacken kom arbetsgruppen fram till beslutet att fokusera på de ungdomar som är mellan 13–16 år gamla. Eftersom Lunabackens enhetschef anser att den åldersgruppen kommer vara mest förekommande på hybridheten.

### 3 Riskbruk av rusmedel bland unga

Användning av alkohol, cannabis samt nikotinprodukter är de rusmedel som är vanligaste i samhället. Dessa rusmedel är förknippade till de flesta problem som handlar om rusmedelsanvändning bland unga. Det finns de som prövar på rusmedel endast en gång eller flera gånger som en typ av experiment, men för vissa är denna typ av experiment första steget i riktning mot problemanvändning. Ju yngre individen är när hen experimenterar med något rusmedel, desto större risk är det också för individen att i ett senare skede utveckla problemanvändning. (Mielenterveystalo, u.å).

När individen använder sig av beroendeframkallande substanser aktiveras hjärnans belöningssystem vilket leder till att hjärnan utsöndrar dopamin som i sin tur ger en känsla av eufori, detta gör att individen vill uppleva det igen. När individen har använt substanser ett flertal gånger börjar belöningssystemet själv skicka signaler till kroppen om att ta substansen igen oavsett de negativa konsekvenserna. (Beroendecentrum Stockholm, u.å).

Institutet för hälsa och välfärd samlar in information om ungdomars hälsa genom enkäten "Hälsa i skolan" vartannat år. Undersökningen görs i hela landet och enligt region. (Institutet för hälsa och välfärd, 2023). Resultatet av statistiken granskas i förhållande till föregående insamlingsår, vilket var år 2021. Statistiken av huvudresultatet behandlas i anknytning till hälsa och välfärd 2023, vilket grundar sig på ett urval av 246 747. (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 1).

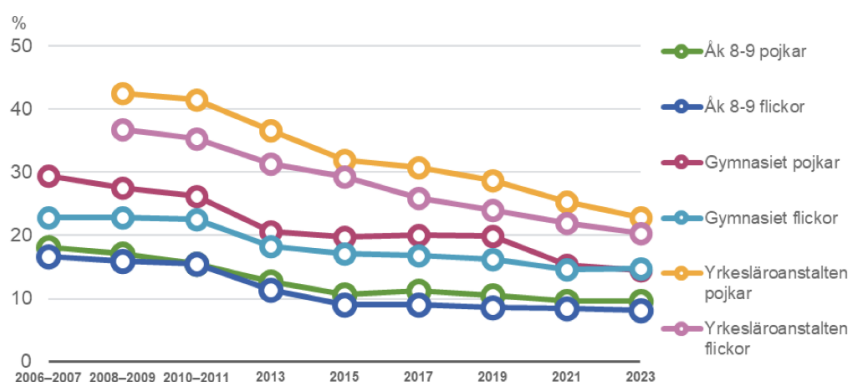
#### 3.1 Alkohol användning bland unga

Det är vanligt att många prövar på alkohol för första gången i högstadietåldern. Alkohol är en nervgift och även konsumtion av små mängder är en hälsorisk för barn och unga eftersom hjärnan i ung ålder inte ännu är utvecklad vilket betyder att hjärnan också är mer känslig för de skadliga effekterna som alkoholen för med sig. Alkoholkonsumtion kan påverka individen på flera olika sätt, bland annat arbetsminnet, uppmärksamheten samt rumsuppfattningen. (Mielenterveystalo, u.å).

Om individen i ung ålder börjar konsumera alkohol kan det påverka möjligheterna för ett friskt åldrande. Då individen konsumerar alkohol i ung ålder ökar även risken för missbruksproblematik, psykiska problem samt tidig död i vuxen ålder samt olika olycksfall.



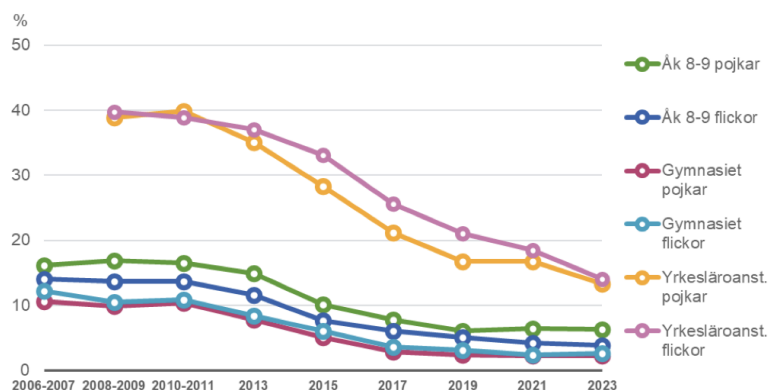
(Stewart, Copeland, & Cherry, 2023, s. 147). Enligt statistiken (Figur 1) har alkoholkonsumtionen bland ungdomar i samma ålder som utvecklingsarbetets målgrupp hållits på samma nivå eller minskat sedan 2021.



**Figur 1 Hur konsumtion av alkohol i berusande syfte har minskat bland unga från år 2006–2023. (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 8).**

### 3.2 Nikotinanvändning bland unga

Det första rusmedelsexperimentet är ofta kopplat till tobaksprodukter och den vanligaste åldern att pröva på produkten är vid 10–15 års åldern. Om man börjar röka i en ung ålder ökar det även risken för att man börjar använda sig av alkohol. Rökning ökar risken för flera olika sjukdomar och ökar även risken för en försämrad längdtillväxt hos pojkar. (Mielenterveystalo, u.å). Enligt statistiken (Figur 2) har procenten av ungdomar som röker minskat sedan år 2021.



**Figur 2 Hur antalet unga som rökt dagligen minskat mellan år 2006 – 2023. (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 10).**

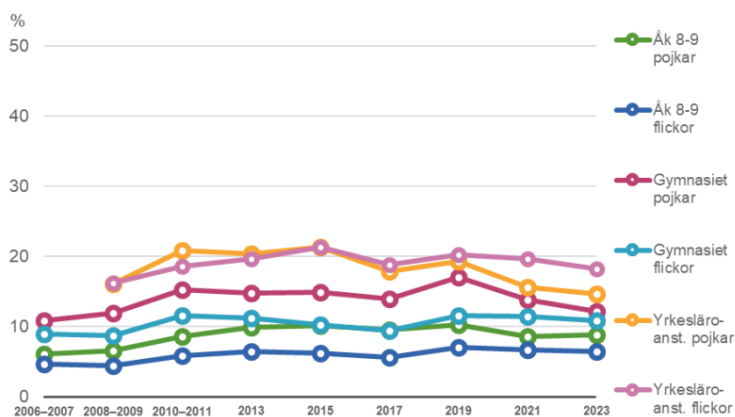
Det har även blivit alltmer vanligt att unga använder sig av e-cigarett i stället för tobak. En e-cigarett används genom att man inhalerar förångad nikotinvätska som är smaksatt med olika smaker. Dessa cigaretter kan vara svåra att upptäcka eftersom de inte har en stark lukt och kan även se ut som färgglada tuschpennor. (Mielenterveystalo, u.å). Resultatet från enkäten "Hälsa i skolan" visar att användningen av e-cigarett har ökat i alla åldersgrupper jämfört med år 2021. (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 11).

Förutom det vanliga snuset så har även användningen av nikotinsnus ökat i samhället. Nikotinsnus innehåller inte tobak, men är oavsett skadligt för hälsan. Mängden nikotin som finns i snus är varierande. Snusanvändning ökar risken för att en individ börjar röka. (Mielenterveystalo, u.å).

### **3.3 Cannabisanvändning bland unga**

Ett av de vanligaste olagliga rusmedlen som unga prövar på är cannabis och ungefär en av tio har redan i grundskoleåldern prövat på rusmedlet. Användning av cannabis i ung ålder utgör en risk för den ungas hjärna som utvecklas konstant. Användning kan också ge uppmärksamhetssvårigheter, påverka negativt på den intellektuella kapaciteten samt öka risken för psykisk ohälsa. (Mielenterveystalo, u.å). Användning av cannabis har visat sig påverka skolgången på ett negativt sätt. Att röka cannabis kan även sänka tröskeln för att pröva på andra droger. (Polisen, 2021).

Varför unga använder sig av cannabis kan ha många orsaker. Vilka kan vara gruppträck eller ett försök på att vara mer social. Andra orsaker kan vara självmedicinering för sömnproblem eller främja både den fysiska samt psykiska hälsan. (Lehman, o.a., 2023, s. 2). Statistiken (Figur 3) visar att oförändrad i årskurserna 8-9 och aningen minskat på andra stadiet.



**Figur 3** Antalet unga i olika åldrar som prövat på cannabis minst en gång mellan år 2006–2023. (Helenius & Kivimäki, 2023, s. 9).

### 3.4 Spelproblematik bland unga

Det har visat sig att spelproblematik kan vara lika allvarligt och kraftfullt som alkoholberoende. Spelproblematik kan orsaka en högre ångestfaktor och spelaren kan ha större tendens för att undvika problemet och se förbi det. (Sandström, 2024, s. 40).

Det är viktigt med förebyggande arbete kring spelproblematik bland unga eftersom spelproblem förekommer i alla samhällsgrupper. Spelproblem kan ofta vara kopplat till andra problem som exempel dålig ekonomi, utsatthet för våld, konsumtion av rusmedel samt psykisk ohälsa. Genom att arbeta förebyggande kring spelproblematik kan man minska risken för att barn och unga får spelproblem längre fram i livet. (Folkhälsomyndigheten.se, 2023). Det är viktigt att diskutera med unga gällande spel om pengar samt identifiering av riskfyllt spelande. På det sättet kan man arbeta förebyggande kring spelproblematik. (Ehyt, u.å).

Det är möjligt att identifiera riskfaktorer för spel om pengar. Dåligt självförtroende eller individer som söker spänning faller i riskzonen för spelande. Andra riskfaktorer kan vara psykisk ohälsa, koncentrationssvårigheter och ADHD. Det finns även kopplingar mellan riklig alkoholkonsumtion samt spel. Det är inte ovanligt att individen använder spelandet som ett sätt för att fly undan svåra livssituationer. (Ehyt, u.å)

Både stress och trauma har en koppling till spelproblematik. Posttraumatiskt stressyndrom har visat sig vara tydligare kopplat till spelproblematik än andra trauman. Det kan handla

om att spelaren vill fly undan negativa och jobbiga känslor. Det är inte ovanligt att ju svårare trauma individen lider av desto djupare spelproblematik finns det risk för att individen kan utveckla. (Sandström, 2024, ss. 40-41).

### **3.5 Riskfaktorer för ungas rusmedelsanvändning**

Riskfaktorer ökar sannolikheten för att rusmedelsproblematik ska förekomma och därför är det viktigt att vara medveten om riskfaktorerna. Effekter av föräldraskapet samt trauma i barndomen kan påverka unga, vilket betyder att interventioner som behandlar dessa områden är viktigt för att förebygga rusmedelsanvändning. (Stewart;Copeland;& Cherry, 2023, ss. 153-154).

Det kan finnas många olika anledningar till att individer börjar använda någon form av rusmedel, det kan handla om att individen försöker lindra psykisk ohälsa, är nyfiken, påverkad av grupstryck eller försöker uppnå njutning. Andra orsaker kan även vara att individen försöker uppnå avslappning och få hjälp med sömnproblem, få energi och för att orka i vardagen. Funktionen som rusmedlet har på individens kropp och hjärna har en stor betydelse för svårigheten för att kunna ändra på vanorna gällande rusmedel, även om det inte har utvecklats till ett beroende ännu. (Johansson & Wirbing, 1999, ss. 22-24).

En stor del av de personer som har en form av ett rusmedelsberoende lider av psykisk ohälsa som depression eller ångest. Det är inte lätt att skilja på och veta om rusmedelsbruket beror på psykisk ohälsa eller tvärtom. Om en individ lider av psykisk ohälsa ökar det risken för konsumtion av rusmedel eftersom det är vanligt att man försöker lindra känslorna med rusmedel. (Mielenterveystalo, u.å).

Individer som växer upp i områden med sociala problem och kriminalitet löper större risk för att pröva på rusmedel. I områden där rusmedel är lätt tillgängligt har det visat sig att användningen är mera vanligt. Hurdan attityd samhället har gentemot rusmedel har också en inverkan på individen. I ett samhälle där rusmedel accepteras, är det även en lägre tröskel för individen att se på rusmedel på ett mer lättsamt sätt. (Tuomela;Erikslund;& Mattjus, u.å, ss. 5-6).

### 3.6 Skyddsfaktorer och stödåtgärder för ungas rusmedelsanvändning

Många skyddsfaktorer utvecklas under de tidigaste levnadsåren och en viktig skyddsfaktor är ett starkt föräldraskap samt ett bra förhållande mellan förälder och barn. Andra skyddsfaktorer kan vara god självkänsla, goda sociala färdigheter, intelligens, god livshanteringsförmåga samt god problemlösningsförmåga. Det finns även yttre skyddsfaktorer som kan vara vänner, intressen och skola. (Mieli, 2022).

Det finns flera sätt att stödja en minskad användning av rusmedel. Det är viktigt att visa intresse för ungdomen genom att fråga hur hen mår och dessutom att göra saker tillsammans. Det är viktigt att diskutera öppet med ungdomen kring rusmedel och det är den vuxnas roll att se på saken ur ungdomens synvinkel och försöka förstå vad orsaken bakom användningen är. (Ehyt, u.å).

Rusmedelsförebyggande arbete är ett brett begrepp som omfattar beslut och åtgärder på olika nivåer när det gäller bruk och missbruk av rusmedel. Enligt de olika nivåerna och målgrupperna kan det förebyggande arbetet delas in i tre delar. De tre delarna kallas för primär, sekundär och tertiär prevention. De olika preventionsdelarna stödjer varandra och fungerar även som en helhet oavsett om handlingsätten ser olika ut. (Huoponen;Peltonen;Mustalampi;& Koskinen-Ollonqvist, 2001, s. 9).

Primär prevention inriktar sig på hela befolkningen eller större grupper. Detta går ut på att man försöker öka kunskap om rusmedel och dess skador som kan medfölja. Genom primär prevention försöker man även främja individens livskompetens och reglera både tillgången samt efterfrågan på rusmedel. Med hjälp av social- och hälsopolitiken bidrar man till att förbättra individernas allmänna välfärd samt livskvalite. (Huoponen;Peltonen;Mustalampi;& Koskinen-Ollonqvist, 2001, s. 9).

Rusmedelsförebyggande arbete i skolor handlar till en viss del om primärpreventiva åtgärder. I skolorna har de rusmedelsprevention via hälsofostran samt via fostran till laglydighet. Hälsofostran, elevvårdsarbete samt samarbete bildar tillsammans en helhet där meningen är att främja elevernas välmående och trygghet. Ett av målen är att unga inte ska börja konsumera alkohol. (Huoponen;Peltonen;Mustalampi;& Koskinen-Ollonqvist, 2001, s. 9).

Sekundär prevention är åtgärder som riktar sig mot riskgrupper och de som redan har prövat på rusmedel. Målet med denna prevention är att informera om risker som rusmedel kan föra med sig, konstatera rusmedelsbruk vid ett tidigt stadie samt hänvisa unga till vård enligt behov. Tidigt konstaterande av rusmedelsbruk, intervention samt vårdhänvisning i skolor bör ske i samverkan med föräldrarna samt elevvården. (Huoponen;Peltonen;Mustalampi;& Koskinen-Ollonqvist, 2001, s. 9).

Tertiär prevention innebär vård samt lindring av skador som orsakats av rusmedelsbruk. Detta kallas för arbete som är inriktat på missbruksproblem. Målgruppen i denna prevention är personer med beroende som kräver fysisk-, psykisk-, eller social rehabilitering. (Huoponen;Peltonen;Mustalampi;& Koskinen-Ollonqvist, 2001, s. 9).

Kring rusmedel kan man arbeta med återfallsprevention som innefattar olika strategier. Strategierna är att bättre förstå problematiken kring rusmedel och att ha förmågan att identifiera riskfaktorer. Återfallsprevention går även ut på att försöka hitta färdigheter för att kunna hantera svåra situationer som kan uppstå och att lära sig att hantera dem utan rusmedel. (Wirbing & Ortiz, 2014, s. 64).

## **4 Ungdomsutveckling**

Tonåren betraktas som en övergångsperiod mellan barndomen och vuxenlivet och pågår från cirka tolvårsåldern till tjugofemårsåldern. Under utvecklingsprocessen sker snabba biologiska, psykologiska och sociala förändringar. Vilket påverkar ungdomens drivkrafter, beslut och mål. För att främja sunda beteendeförändringar hos ungdomen är det essentiellt att professionella förvärvar kunskap om förändringarna. (Naar-King & Suarez, 2014, s. 46).

Institutet för hälsa och välfärd (2023) nämner att den åldersenliga ungdomsutvecklingen kan delas in i tre utvecklingsfaser, vilka är tidig-, mellan- och sen utvecklingsfas där alla har sina egna särdrag. Målgruppen som är i fokus i utvecklingsarbetet hör till tidiga- och mellanutvecklingsfasen. Tidig utvecklingsfas är ungefär i 12–14 års åldern, mellan utvecklingsfasen 15-17 års åldern och sen utvecklingsfas i 18-22 års åldern.

## 4.1 Fysisk utveckling

Den tidiga ungdomsfasen karaktäriseras med snabba fysiska förändringar, vilket gör det till den mest omskakande utvecklingsfasen. (Institutet för hälsa och välfärd, 2023). Den första perioden under puberteten har ett samband med både arv och miljö. Ungdomars tidiga skede i sin pubertet kan likna sin förälders. (Hwang, Frién, & Nilsson, 2018, s. 64). Ökad tillväxt av kroppshår och en ökning av könshormoner är bland annat gemensamma förändringar för flickor och pojkar under puberteten. Däremot finns det vissa förändringar som skiljer sig åt. Som till exempel utveckling av könsorgan, tillväxtspurt och röstförändringen. (Åhman, Sjöblom, & Lena, 2013, ss. 3-5, 8-10).

Under ungdomsåren fortsätter hjärnan att utvecklas och blir först färdigutvecklad i tjugofemårsåldern. Det sker till exempel flera förändringar i hjärnans pannlob och prefrontal cortex som är viktigt för planering, riskbedömning och impuls kontroll. Förändringar i hjärnan gör att ungdomen bli mer känslomässig och mer sårbar för stress och yttre faktorer. Intensiva känslotillstånd spelar även en stor roll för ungdomens välbefinnande och beslutsfattande. (Hwang & Nilsson, 2019, ss. 315-316).

## 4.2 Kognitiv utveckling

Kognitiv utveckling omfattar alla mentala processer som används för att samla in information om sin omgivning, ta fram kunskaper ur minnet och för att bli medveten om sig själv och andra. När tankeförmågan utvecklas kan ungdomen resonera hypotetiskt och systematiskt. (Hwang, Frién, & Nilsson, 2018, ss. 21, 80-82).

Det är vanligt att ungdomar gör mer experimenterande under det tidiga utvecklingskedet. För att upptäcka sin vuxenidentitet krävs en viss grad av experimenterande och prövande av olika roller. Experimenterande är en naturlig och mognadsfrämjande aspekt i ungdomsutvecklingen men ifall experimenterandet övergår i risktagande kommer ungdomen utsätta sig för risker som hen inte har förmåga eller mognad att hantera. (Erling, 2001, s. 103).

Gruppsyck eller rädsla att hamna utanför bidrar till ungdomens beslutsfattning. Enligt Osmont, Camarda, Habib och Cassotti (2021, s. 411) påverkas ungdomarna i högre grad av gruppsyck ifall de inte har tillräckligt med information om situationen. Då professionella

arbetar med ungdomar är det viktigt att ta reda på vilken kunskap den har om risker och vilka slutsatser den har dragit. (Hwang & Nilsson, 2019, ss. 317, 333-334).

Ungdomsutvecklingen kan ses det som en dynamisk utvecklingsgång där samspelet mellan miljö och arv spelar roll. Miljö och omständigheter som ungdomen växer upp i, påverkar ungdomen på ett antal olika sätt. Ungdomens erfarenheter, egenskaper och temperament påverkar i sin tur hur hen ser på omgivningen eller exempelvis förhåller sig till människorelationer. (Hwang & Nilsson, 2019, ss. 27-29).

### **4.3 Socioemotionell utveckling**

Familj och vänner fyller viktiga funktioner under ungdomsåren. Holmbeck och Steinberg menar (enligt Naar-King & Suarez, 2014, s. 45) att ungdomsåren kan vara en tid när roller i familjen förändras och det personliga ansvaret samt rätten att fatta beslut ökar. Vänskapsförhållanden blir oftast mycket viktiga men kan även vara en källa till stress. Då professionella förstår hur ungdomen upplever relationer, kan det positivt bidra till relationskapandet.

Identitetsutvecklingen är en av de viktigaste aspekterna under ungdomsutvecklingen. Erik Homburger Erikson påstår (enligt Evenshaug & Hallen, 2001, s. 306) att det viktigaste problemet för en ungdom är att få en "jagidentitet". Under ungdomsutvecklingen konfronteras ungdomar med identitetskriser, där ungdomarna utforskar vem de är, vilken roll de vill ha i samhället och vilka värderingar de har. Under det här utvecklingsskedet finns det en risk att roll- eller identitetsförvirring kan uppstå. Att familjen finns som en "trygg bas" som ungdomen kan utgå från i sitt sökande efter en identitet har en avgörande roll. (Evenshaug & Hallen, 2001, ss. 307-312, 418).

Förmågan att fatta självständiga beslut kan även vara utmanande för ungdomar då inflytande från andra kan påverka. Prosocialt beteende hos ungdomar har ett samband med inflytande från jämnåriga. Prosocialt beteende innebär handlingar som syftar till att gynna andra människor eller samhället som en helhet, i stället för att endast fokusera på den egna vinningen. Dessa beteenden är bland annat hjälpsamhet, generositet och empati. (Hoorn, Dijk, Meuwese, Rieffe, & Crone, 2016, ss. 90-91). Prosocialt beteende ökar ifall ungdomen får ett positivt inflytande medan det minskade ifall ungdomen får ett negativt.



Jämnårigas inflytande kan på så sätt skapa sårbarhet men samtidigt skapa en möjlighet till hälsosam utveckling. (Hoorn, Dijk, Meuwese, Rieffe, & Crone, 2016, ss. 96-97).

Den socioemotionella utvecklingen utgör en stor del av ungdomens utveckling till att bli vuxen. Under den här övergångsperioden stabiliseras den unga personens självbild, beteende och karaktärsdrag. Oftast är det först i den sena utvecklingsfasen som ungdomen fullt ut har förmågan att systematiskt fundera och reflektera på framtiden. (Institutet för hälsa och välfärd, 2023).

## 5 Motiverande samtal

Motiverande samtal är en evidensbaserad samtalsmetod. Enligt flera forskningar är samtalsmetoden effektiv och bidrar positivt till relationen mellan klient och handledare. Samtalsmetoden används för att utforska och stärka klientens motivation till en förändrad livsstil. Under samtalet är klienten i fokus och förändringen sker enligt klientens takt. Handledarens roll är att stärka klientens resurser och stöda klienten genom samtalet. Motiverande samtal används inom flera områden som hälso- och socialvården, beroendevården, ungdomsarbete, psykiatri med mera. (Holm Ivarsson, Ortiz, & Wirbing, 2016, ss. 7-10).

De grundläggande kommunikationsfärdigheterna i motiverande samtal är bekräftelse, öppna frågor, reflektivt lyssnande och kunskapen att sammanfatta. (Miller & Rollnick, 2002, s. 89). Öppna frågor är en bra startpunkt för utforskandet av klientens tankar. Det uppmuntrar klienten till med sig av sina tankar och känslor utan att bli styrd till ett specifikt svar. Frågornas viktigaste funktion är att aktivera klientens tänkande. (Barth & Näsholm, 2018, ss. 57, 71, 269).

Genom att ställa frågor kring uttänkta situationer kan man lättare undersöka klientens mål och vägleda hen till förändringsyttranden. De ämnen som tas upp under diskussionen kan ge nya insikter om vad klienten upplever är viktigt. En del ungdomar föredrar att uttrycka sig på andra sätt än bara genom ord när de föreställer sig någonting. Genom aktiviteter som att rita kan ungdomen lättare uttrycka sig och främja sin kreativitet. (Naar-King & Suarez, 2014, ss. 98-100). Ett annat sätt är att använda sig av skalor eftersom det är ett

enkelt tillvägagångssätt till att bedöma en situation. (Barth & Näsholm, 2018, s. 250). Brädspelets diskussionsfrågor kommer även innehålla skalfrågor.

Reflektion är ett redskap i den aktiva lyssnandeprocessen. Genom reflektioner kan man bekräfta det som tidigare nämnts och visa att man lyssnar. Med hjälp av reflektioner kan handledaren i viss utsträckning styra samtalet och det leder oftast till att klienten berättar vidare. På det sättet är reflektioner en klientcentrerad styrning. Reflektioner kan vidga perspektiv och bidra till nya synvinklar samt sätta ord på klientens tankar och känslor. Många inser att förändring är nödvändigt men saknar tilltro till sin förmåga att göra dem. (Barth & Näsholm, 2018, ss. 79-89).

Att ge information i dialogform är en effektiv strategi inom motiverande samtal. Genom att använda dialog skapar handledaren en interaktiv miljö där klienten får möjligheten att uttrycka sina tankar och åsikter. Det främjar även samarbetet och delaktigheten i samtalet. (Barth & Näsholm, 2018, s. 207).

Brädspelet ska fungera som ett verktyg för en öppen och ärlig kommunikation. De grundläggande kommunikationsfärdigheterna i motiverande samtal utgår därför en bra grund för skapandet av brädspelet. Med hjälp av dessa färdigheter främjas kommunikationen mellan handledare och klient.

## **5.1 Motstånd inom motiverande samtal**

Vid arbetet till en förändrad livsstil är det normalt att det förekommer motstånd. Det är ett komplex fenomen och utgångspunkten är de grundläggande behoven av att bestämma över sig själv. Motstånd kan delas in i tre källor. Första källan är fördelar med icke-förändring, exempelvis gällande beroenden av substanser som skapar njutning och dämpar effekten av psykiskt obehag. Andra källan hänger samman med människans grundläggande behov, vilket är önskan att bestämma över sitt liv. Pressen till att göra en förändring kan komma både utifrån och inifrån. Även om klienten själv vill förändras, kan de känna obehag av pressen utifrån. Motståndselement kan förlora sin effekt om det bemöts med respekt och undran av handledaren. (Barth & Näsholm, 2018, ss. 187-189).

Tredje källan till motstånd gäller känslan av obehag av relationen med handledaren. Känslan av press hotar arbetsprocessen och samarbetet. Motiverande samtal kan sätta

klienten i en situation där hen berörs av svåra och obehagliga tankar och känslor som skam och skuld. Ett sätt att slippa av med dessa tankar och känslor är motstånd. (Barth & Näsholm, 2018, ss. 187-189).

## 5.2 Relationens kvalitet och dess betydelse

Kvaliteten på en relation kan variera på flera nivåer. Miller och Rollnick menar (enligt Barth & Näsholm, 2018, ss. 35-36) att arbetsallians och empati är de mest centrala faktorerna i en relation. Arbetsalliansen handlar om klientens och handledarens gemensamma förståelse om problematiken och vilka insatser som behövs till en förändring. Handledarens förmåga att inta klientens perspektiv och empatisk kommunikation bidrar positivt till att klienten känner sig hörd och förstådd.

Barth och Näsholm (2018, s. 37) påpekar att kvaliteten på en relation påverkar förändringsarbetet. I sin tur påverkar även förändringsarbetet relationens kvalitet. Ifall handledaren går för fort fram under processen eller inte visar respekt för klientens eventuella motstånd eller tvekan riskerar handledaren att "förlora" klientens uppmärksamhet och förtroende. Ifall det sker behöver handledaren ta ett steg tillbaka och återupprätta tilliten samt samarbetsrelationen före det är möjligt att gå vidare. Det är nödvändigt att flexibelt balansera fokuset mellan relationsarbetet och förändringsarbetet.

Enligt författarna Woehler och Ray (2022, ss. 162-164) finns det ett samband mellan relationens kvalitet och klientens fokus på förändringsarbetet. Ifall kvaliteten på relationen är bra kunde klienten med bättre förmåga inse att exempelvis rusmedelanvändning är ett problem.

## 6 Delaktighet

I grundlagen (Grundlagen 1997/731 §6) står det att myndigheterna har ett specifikt ansvar när det kommer till att behandla ungdomar jämlikt. Det betyder att ungdomar ska garanteras möjligheten att påverka i sådant som berör dem själv, förutsatt att frågorna är passande till ungdomens ålder och utvecklingsnivå.

Ett barn har rätt att få sin åsikt hörd och uppmärksammas när det handlar om ärenden angående barnskyddet. Med det menas att barnet har rätt till att delta i möten där hens

ärenden diskuteras. Barnet har även rätt till att officiellt bli hörd när beslut fattas. (Barnskyddslagen 2007/417 §20) . Till delaktigheten hör även rätten till att söka hjälp, kräva service samt opponera sig mot beslut som rör hen själv. (Lastensuojelun keskusliitto, u.å).

Att ungdomar får vara delaktiga är en viktig del av barnskyddsprocessen och att som ungdom få känslan av att sin röst blir hörd eller att man har ett inflytande är väldigt betydelsefullt. (Åkerström Kördel & Brunnberg, 2017, s. 4). Speciellt viktigt då barn är kortvarigt placerade eller på en barnskyddsenshet i stället än en fosterfamilj. (Kaasinen, Salokekkilä, & Häggman-Laitila, 2022, s. 97). Synen på barn är en betydande faktor i hur delaktiga ungdomar får vara i ärenden som berör dem själv. Sådant som påverkar detta är bland annat tankar som att "en vuxen vet bäst" och "det går snabbare om en vuxen gör det". (Åhl;Karlsson;& Ingeström, 2020, s. 4). Med insikten att ungdomars delaktighet är central i barnskyddsprocessen och att en upplevelse av att sin röst blir hörd är avgörande, hjälper arbetsgruppen i utvecklandet av brädspelen. Genom att utmana föreställningar som att "en vuxen vet bäst" kan brädspelen fungera som en plattform där ungdomen kan uttrycka sina åsikter.

Artikel 6: "Barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling" och artikel 12: "Barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Hänsyn ska tas till barnets åsikter, utifrån barnets ålder och mognad" i barnkonventionen är viktiga när det kommer till att stärka barnets rätt som individ. Syftet med den tolfte artikeln är att stärka barns rätt till självbestämmanderätt. Men inte ge barnet en skyldighet till att uttrycka sina åsikter och synpunkter i tillfällen hen inte vill. (Åhl;Karlsson;& Ingeström, 2020). Att respektera och beakta barnets rättigheter enligt barnkonventionen är ytterst viktigt vid skapandet av brädspelen, eftersom det utgör en viktig roll i att få ungdomen att känna sig trygg i att dela med sig av sina åsikter och tankar.

Tanken med brädspelen är att få ungdomen delaktig och på det sättet kunna bygga en relation och allians mellan hen och handledaren. Frågorna i brädspelen är formade för att få ungdomen att känna att det finns en trygg person att prata med, ge ungdomen en känsla av att hen stöds till att göra egna val och att hen får kontrollera sitt liv så långt som möjligt. Enligt Åhl, Karlsson och Ingeström (2020, s. 26) kan delaktighet och inflytande definieras som två separata begrepp, men de är oftast sammanlänkade. Där delaktighet betyder att

ungdomen involveras och får dela med sin åsikt, medan inflytande handlar om att barnens åsikt syns i besluten som görs.

## 6.1 Empowerment

Empowerment är även något som brädspelen fokuserar sig på. Enligt Åkerström Kördel och Brunnberg (2017, s. 26) går empowerment långt hand i hand med delaktighet och det fungerar som en metod att stöda ungdomen till att få en känsla av att hen hanterar och har kontroll över sin situation. Vid en empowermentprocess är ungdomens egna upplevelser och erfarenheter viktiga och genom att inkludera dem kan man även utveckla kompetens och självförtroende hos ungdomen.

God samverkan med personalen och möjligheten till socialt stöd främjar de ungas aktiva deltagande i sitt liv. Samarbetsrelationer byggs upp på jämlikhet, rättvisa, förtroende, icke-dömande attityder och flexibilitet. Ungdomen ska även få stöd på ett omfattande och multiprofessionellt sätt. (Kaasinen, Saloekkilä, & Häggman-Laitila, 2022, s. 95).

Personer som är placerade i vård utom hemmet står för en större risk för att drabbas av social utfrysning och sämre hälsa. Risken för att ha problem med missbruk är även större vilket betyder att delaktighet och empowerment är viktigt från ett tidigt skede. (Kaasinen, Saloekkilä, & Häggman-Laitila, 2022, s. 96).

## 6.2 Maktrelationer

Barns delaktighet beror oftast på hur villiga vuxna är att avsäga en del av sin makt. Makt är något som vuxna kan välja att använda eller inte använda. Makt kan användas för att skapa en möjlighet till empowerment hos den unga men kan även användas som ett sätt att kontrollera eller anpassa ungdomens beteende efter den vuxnas regler och normer. (Åkerström Kördel & Brunnberg, 2017, ss. 45-46)

Vid användning av brädspelen ska det inte finnas en tydlig skillnad i vem har makten, utan det ska fungera som en öppen diskussion. Där ungdomen kan dela med sig av sina åsikter men samtidigt kunna få stöd av handledaren.

## 7 Varför använder man spel i socialt arbete

Användningen av brädspel i socialt arbete är väldigt användbart eftersom det ger möjligheten till att ett förtroendefullt samarbetsförhållande skapas. Hjälpmedel som brädspel eller mera lekfulla aktiviteter kan vara nödvändiga när man behandlar frågor som man vet väldigt lite om. Eftersom man tillsammans kan skapa en föreställd situation som man sedan tillsammans försöker utforska och förstå. Kulturhistoriker Johan Huizinga beskriver att med hjälp av lek kan man lättare nå den "magiska cirkeln", där han syftar på närvaro, förtroende och avslappning. Genom lek öppnas även nya perspektiv och kreativa insikter. (Hytti, u.å, s. 8).

Verktyg som brädspel underlättar svåra diskussionsämnen som bland annat värderingar, familjerelationer och känslor. Det kan även underlätta samtal där de inblandade personerna har olika interaktionsstilar. I framtiden kommer användningen av digitala spelformer inom socialsektorn bli mera vanligt, eftersom det är en trygg plats där personer kan öva på att hantera svåra tillfällen. Genom att skapa ett scenario och fantisera sig leva in sig i det är till stor hjälp eftersom man kan prova sig fram utan att påverkas av de konsekvenser som man i verkligheten skulle kunna mötas av. (Hytti, u.å, ss. 9-10).

På ett liknande sätt kommer brädspelen som arbetsgruppen skapar ge möjlighet till ungdomen att diskutera, reflektera och försöka förstå sina egna utmaningar och känslor. På samma gång byggs även en bättre relationen mellan ungdomen och den vuxna.

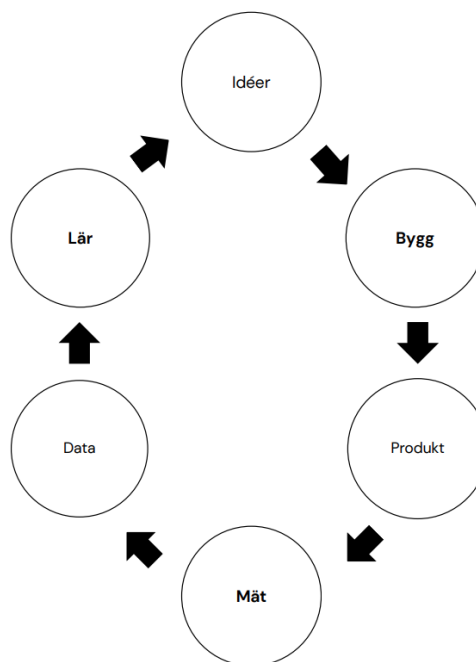
Brädspel kan stöda engagemang i lek och fantasi, vilket beskrivs som viktiga mekanismer till ökad uppmärksamhetskontroll, förbättrad inlärning och insikt till att påverka långsiktiga beteenden. Ur teoretiska perspektiv har det väckts förslag om att spel kan stimulera eller underlätta inlärning. Användning av brädspel har en historia i terapeutiska sammanhang där engagerande samt underhållningen varit två fördelar. (Gauthier, o.a., 2019, ss. 85-86). Fördelen som arbetsgruppen främst ser är hur brädspelen kommer underlätta ansikte mot ansikte interaktionen med ungdomen.

## 8 Utvecklingsprocess

Utvecklingsprocessen började efter att arbetsgruppen hade varit i kontakt med uppdragsgivare Lunabacken. På basen av insamlad information och önsknings från

uppdragsgivaren ville arbetsgruppen skapa en mer informativ och underhållande version av känslkort. Arbetsgruppen valde då att utveckla ett brädspel med fokus på ungdomen och hans relation till handledaren.

Vid utvecklingsprocessen har arbetsgruppen tagit modell av bygg – mät – lär feedbackloopen (Figur 4). Tanken är att bygga upp idéer och skapa prototyper som sedan testas i verkligheten. (Ries, 2011, ss. 8-10). Med hjälp av feedback kan sedan brädspelet vidareutvecklas.



**Figur 4 Bygg- mät- lär feedbackloop metoden (Ries, 2011)**

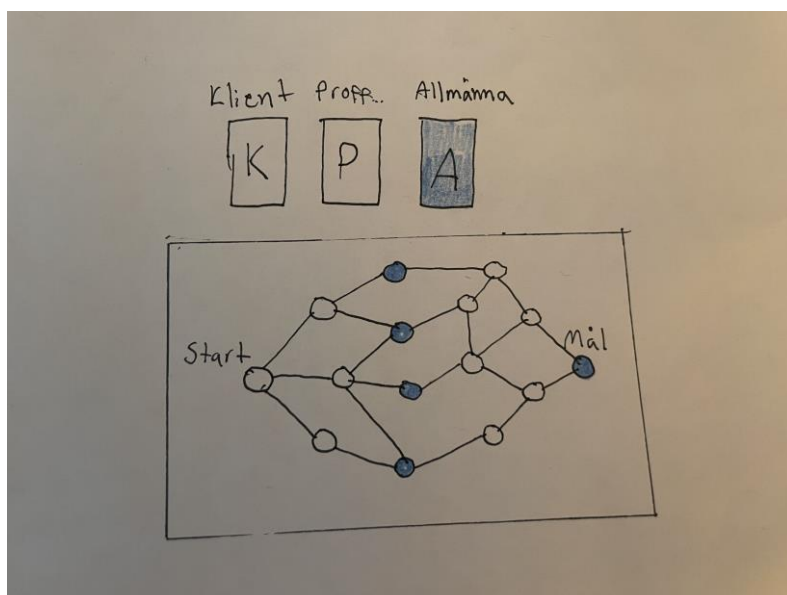
Under utvecklingsprocessen har data sammanställts från litteratur, vetenskapliga artiklar och övriga informationskällor. Arbetsgruppen har bestämt att arbetet ska utgå från motiverande samtal, delaktighet, varför man använder spel i socialt arbete och regelbunden feedback från uppdragsgivaren.

Genom bygg- mät- lär feedbackloop metoden vill arbetsgruppen samla in feedback från professionella samt ungdomar. För att skapa ett passande och effektivt brädspel har arbetsgruppen genomfört tre loopar. Denna mängd loopar anser arbetsgruppen som nödvändigt för att syftet och målet med brädspelet ska nås.

## 8.1 Första loopen

För att så tidigt som möjligt få in den professionella aspekten beslöt arbetsgruppen för att göra den första loopen tillsammans med enhetschefen vid Lunabacken. Med hjälp av den professionella synvinkeln kunde arbetsgruppen bättre förstå vilka delar av brädspelen kommer vara nödvändiga och vilka som kommer vara onödiga vid relationskapandet mellan ungdom och vuxen.

Under den första loopen visade arbetsgruppen den första prototypen (Figur 5) åt enhetschefen och fick positiv feedback på idén. Brädspelen hade tre olika högar med diskussionskort och där de "allmänna diskussionskort" kom in när spelet var halvvägs spelat och vid spelets "mål". Arbetsgruppen visste redan vid detta skede att den slutliga prototypen kommer behöva flera steg på spelplanen innan spelaren når mål.



**Figur 5 Första prototypen**

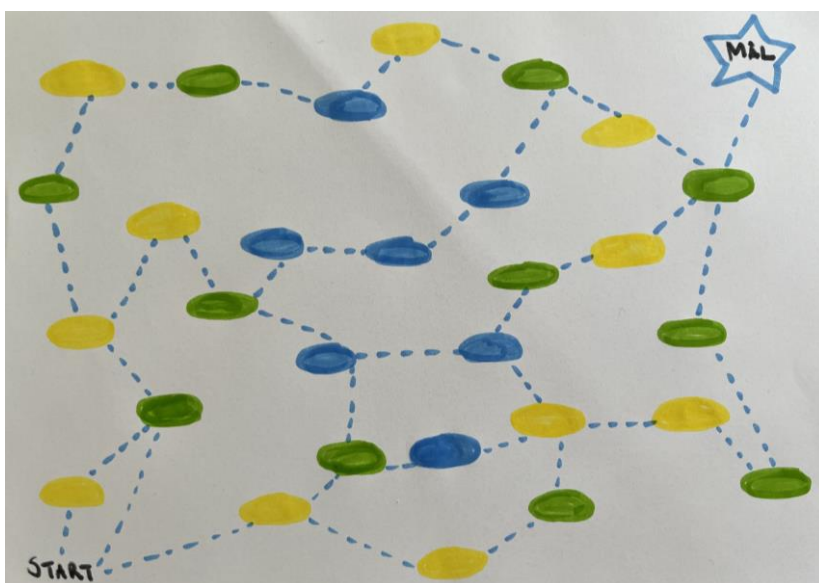
Under mötet fick arbetsgruppen nödvändig information som att Lunabackens ungdomar i praktiken kommer vara 13–16 åringar fast det finns resurser till åldrarna 10–17. Vilket sedan blev målgruppen som kommer fokuseras på i utvecklingsarbetet. Enhetschefen gav även flera andra viktiga aspekter som arbetsgruppen kommer behöva tänka på. Bland annat att det är omöjligt att göra förändring utan samarbete, att reflektionsförmågan hos ungdomar är varierande och att en bra relation kan betyda ett tryggare läge då ett utbrott sker.



Under loopen fick arbetsgruppen även feedback om att relationsskapandet är viktigare än riskbruket, vilket gjorde att arbetsgruppens fokus till största delen kommer gå in på hur en relation kan skapas. Enhetschefen lyfte fram att brädspelen ska inte endast vara centrerat kring riskbruk eftersom det kan skapa en risk att ungdomen drar sig undan. Ungdomen ska få känna att hen är där för att skapa en relation till den vuxna och inte känna att fokuset ligger på riskbruket.

## 8.2 Andra loopen

Andra loopen gjordes vid två olika tillfällen, först med en 15 åring och sedan med en 13 åring. Dessa tonåringar är inte barnskyddsklienter och har inte någon form av riskbruk. Tonåringarna informerades om utvecklingsarbetets syfte och gett sitt samtycke till att delta. Syftet med den andra loopen var att pröva andra prototypen (Figur 6) av brädspelen och utreda om instruktionerna är tydliga. Fast brädspelen inte var fullständigt till andra loopen ville arbetsgruppen ändå utforska om frågor, påståenden och scenarion fungerade i praktiken och om det uppnådde brädspelen syfte.



**Figur 6 Andra prototypen**

Till skillnad från första prototypen har andra prototypen flera punkter och de är i tre olika färger, vilka är grön, gul och blå. Gröna punkter är avsedd för ungdomen medan gula är för den vuxna. Blåa punkter som finns i mitten av spelet och vid mål hör till de allmänna diskussionskorterna.

Vid första tillfället prövades spelet med en 15 åring. Tonåringen ansåg att instruktionerna (Figur 7) var tydliga och förstod hur en spelomgång går till. Hen upplevde däremot under spelets gång att punkterna och dess färger var förvirrande. Då hen hamnade på den vuxnas punkt, visste hen inte vad som skulle hända. Instruktionerna behövdes därför finnas nära till hands under hela spelrundan. Tonåringen anser att allmänna frågor skulle kunna vara utspridd på brädspelet eftersom det kändes tungt att endast reflektera och diskutera i början av spelet.

## Instruktioner

Spelaren förflyttas genom tärningskast och väljer valfri rutt.

Välj slumpmässigt ut vem som börjar och efter det slår man tärningen turvist.

Det finns tre högar med diskussionskort i spelet, var och en med olika betydelser i spelet.

Ungdom: Diskussionskort för ungdomen innehåller frågor och scenarion. Tanken är att skapa en möjlighet för ungdomen att diskutera och reflektera tillsammans med den vuxna.

Vuxen: Diskussionskort för den vuxna innehåller frågor och faktapåståenden. Genom diskussionskorten kan den vuxna vara delaktig genom att bidra med kunskap via dialogform. Frågor och påstående kan man diskutera och vidareutveckla tillsammans.

Allmänna: I de allmänna diskussionskorten finns det två versioner av "2 sanningar och 1 lögn". Den första versionen är att spelaren som tar kortet ska hitta på två sanningar och en lögn medan den andra spelaren ska klura ut vilket som är vilket. Den andra versionen är färdig skapade påståenden som spelaren sedan ska klura ut vilket som är sanning och vilket som är lögn. I allmänna diskussionskorten så finns det också frågor där spelaren besvarar genom att rita på ett papper.

Då du hamnar på en grön punkt – tar ungdomen upp ett kort från ungdomens diskussionskort.

Då du hamnar på en gul punkt – tar den vuxna upp ett kort från den vuxnas hög med diskussionskort.

Då du hamnar på en blå punkt – tar den spelare som hamnar på punkten upp ett kort från allmänna diskussionskorten.

Till spelet behöver varje spelmedlem ha tillgång till pennor och papper eftersom det krävs att man ritar och antecknar under spelets gång.

Spelet avslutas när båda spelmedlemmarna har nått mål och dragit ett kort från högen med allmänna diskussionskort.

### Figur 7 Instruktioner till andra loopen

Till prototypen användes en tärning. Att spela med sex ögon upplevdes som opraktiskt eftersom spelomgången avslutades snabbt.

Vi provade därför använda endast upp till tre ögon, vilket fungerade bättre. Tonåringen upplevde att spelets frågor, påstående och scenarion var intressanta och det var bra med enkla frågor. Hen upplevde att vissa frågor ändå var svåra, specifikt frågor om

förväntningar och vägledning. Allmänna frågor upplevdes som roliga och dessa kunde brädspelet ha mera av (Figur 8).

**Allmänna diskussionskort:**

- Gruppen vill göra något som inte känns bra för dig, hur gör du i denna situation?
- Hur skulle du agera om du blir orättvist behandlad av en handledare?
- Du är på en fest där du blir erbjuden att ta emot alkohol från en öppnad flaska där du är osäker på vad flaskan innehåller. Hur gör du i denna situation?

Hitta på själv en lögn och två sanningar

**Frågor till ungdomen:**

1. Hur skulle du hantera situationen om du hamnade i en miljö där droger och alkohol erbjuds?
2. Vad uppskattar du mest i din vardag?
3. Finns det något som du anser fattas i din vardag?
4. Vilka förväntningar har du på vår relation?
5. Finns det områden där du känner att du behöver stöd eller vägledning?

**Frågor och påståenden till den vuxna:**

1. Hur önskar du att vi ska samarbeta?
2. Hur hanterar vi svåra situationer tillsammans?
3. Hur kan jag som handledare stöda dig och din relation till din familj?
4. Vad betyder ärlighet för dig inom Lunabackens väggar?
5. Visste du att hjärnan inte är fullutvecklad förrän 25 års åldern?
6. Visste du att miljö och omständigheter som man växer upp i kan påverka oss på olika sätt. Ens egna erfarenheter, egenskaper och temperament kan i sin tur påverka hur man ser på omgivningen.

### **Figur 8 Diskussionsfrågor till andra loopen**

Vid andra tillfället prövades spelet med en 13 åring. Tonåringen ansåg att instruktionerna till spelet var lätta att förstå men att under spelets gång var det svårt att komma ihåg vad som händer på de olika färgs bollarna på spelplanen. En idé som tonåringen tog upp var att lägga till de tre olika bollarna och dess färger i ett hörn på spelplanen och skriva vad de betyder, i stället för att varje gång ta fram instruktionerna.

Tonåringen gav den feedbacken att hon ansåg det vara roligt att också den professionella är med i spelet och att faktafrågorna var givande. Hon ansåg även att båda var delaktiga i spelet på olika sätt och att det gjorde spelet roligt och mångsidigt. Hon ansåg att det fanns mångsidiga frågor vilket är bra, vissa frågor var svåra att svara på vilket är förståeligt.

En prototyp av spelet användes och det märktes snabbt att spelplanen var för liten då man kastar med en tärning med sex ögon. Spelet spelades igenom snabbt eftersom spelplanen tog slut. Spelet spelades med en tärning med tre ögon, vilket fungerade bättre.

### **8.3 Tredje loop**

Med hjälp av feedback från andra looperna beslöt arbetsgruppen för att det endast skulle finnas en rutt på spelplanen. Färgpunkterna placerades ut slumpmässigt för att göra spelet så mångsidigt som möjligt.

Det senaste mötet med Lunabäckens enhetschef fungerade som en tredje loop. Under mötet gick arbetsgruppen igenom hur spelet har utvecklats samt hur arbetsprocessen har framskridit. Arbetsgruppen började med att visa enhetschefen spelets instruktioner (Bilaga 3) och hon fick läsa igenom dem för att se om de var lätta att förstå. Gällande instruktioner gav enhetschefen feedbacken att en idé kunde vara att ha skilda instruktioner för enbart handledaren (Bilaga 5), för att hen kan förbereda sig innan spelet.

Under loop-tillfället visade arbetsgruppen den slutliga versionen av brädspelet (Figur 9) och hurdana frågor som kommer att användas. Enhetschefen gav feedback på frågorna och exempel på hur man kunde omformulera vissa och även frågor som kunde vara nödvändiga att ha med. I spelets allmänna diskussionskort där det kommer olika scenarion, gav enhetschefen idén att det kunde vara bra att specifikt beskriva ett scenario. Eftersom ungdomen då lättare kan sätta sig in i det scenariot och utgående från det fundera hur hen kunde agera i den specifika stunden.

Vid loop-tillfället gav enhetschefen idén om att ha blanka kort med i brädspelet, dessa kunde användas för att ge ungdomen möjligheten att komma på egna frågor eller scenarion. Eftersom brädspelet innehåller frågor som bland annat handlar om samarbete, stress och värderingar föreslog enhetschefen om idén att diskutera vad begreppen innebär innan ungdomen berättar om egen koppling till ordet. Efter loop-tillfället gjorde arbetsgruppen justeringar som var nödvändiga och sammanställde frågorna (Bilaga 6).

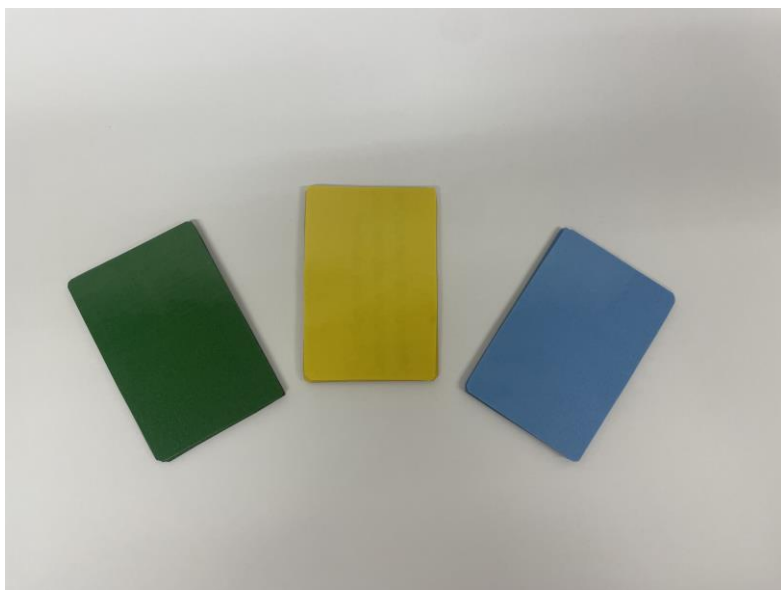
## 9 Den färdiga produkten

Brädspelet ska fungera som ett underlag till att främja en öppen samt ärlig kommunikation och samtidigt skapa en relation. Tanken med spelet är att ungdomen också ska få en ökad förståelse för riskbruk. I spelet används inte begreppen professionell och klient utan i stället används vuxen och ungdom för att ta hänsyn till maktpositionen.



Figur 9 Brädspelet

Brädspelet har tre olika färgers rutor där alla har olika betydelse. Alla rutor är slumpmässigt utplacerade på spelplanen. Blåa rutorna betyder att spelaren tar ett kort från allmänna diskussionskort, gröna rutorna betyder att ungdomen tar ett kort från ungdomens diskussionskort och gula rutorna betyder att den vuxna tar ett kort från vuxnas diskussionskort. Spelaren startar genom att kasta tärningen och flyttar sig sedan mot målets riktning.



**Figur 10 Diskussionskort**

Ungdomens diskussionskort fokuserar på ungdomens intresse, resurser, önsknings och situation. Diskussionskortet innehåller olika frågor och scenarion. Tanken är att skapa en möjlighet för ungdomen att diskutera och reflektera tillsammans med den vuxna.

Diskussionskort för den vuxna kommer innehålla faktapåståenden och frågor. Genom diskussionskortet kan den vuxna vara delaktig genom att bidra med kunskap via dialogform. Arbetsgruppen har tagit i beaktande att professionella har olika arbetssätt och därför är frågorna formulerade på ett sätt att ungdomen och den vuxna kan vidareutveckla dem tillsammans.

I de allmänna diskussionskortet finns det två versioner av "2 sanningar och 1 lögn". Den första versionen är att spelaren som tar kortet ska hitta på två sanningar och en lögn medan den andra spelaren ska klura ut vilket som är vilket. Den andra versionen är färdigskapade påståenden som spelaren sedan ska klura ut vilket som är sanning och vilket som är lögn.

I de allmänna diskussionskortet finns frågor där spelaren besvarar på dem genom att rita på ett papper. Det finns även "blanka" kort, där spelaren själv kan ställa frågor eller hitta på scenarion. Tanken med de allmänna diskussionskortet är att ungdomen skall få vara mera kreativ.

Exempel på frågor som kommer användas i spelet är, "Hur skulle du agera om du blir orättvist behandlad av en handledare?", "Vilka är dina förväntningar på mig som handledare?" och "Hur önskar du att vi ska samarbeta?". För att se alla frågor se (Bilaga 6).

Till brädspelen har instruktioner skapats för att förtydliga hur spelet fungerar och göra det lättare för handledare och ungdom (Bilaga 3). Uppdragsgivaren önskade även att arbetsgruppen skulle skapa skilda instruktioner för handledaren. För att handledaren kan förbereda sig och bättre förstå brädspels syfte och mål (Bilaga 5).

## 10 Kritisk granskning

Under hela arbetsprocessen har principerna för god vetenskaplig praxis tagits i beaktning. Utgångspunkten med arbetet har varit att vara ärliga, noggranna och uppmärksamma. Dessa utgångspunkter har arbetsgruppen tagit i beaktning i alla delar av arbetet. Arbetet innehåller tidigare gjord forskning som är tydligt och korrekt hänvisat till forskarna. Under arbetsprocessen har arbetsgruppen kritiskt granskat alla de källor som använts i textens skapande. Ungdomarna som deltagit i loop två blev informerade om att allt material behandlas konfidentiellt. Eftersom en av ungdomarna var under 15 år ställs det högre etiska krav vilket betyder att det krävdes vårdnadshavarnas samtycke till att ungdomen fick delta.

Arbetsgruppen är medvetna om att brädspelen som skapats till en viss del kräver att handledaren behöver dela med sig av egna tankar och åsikter till ungdomen. Under arbetsprocessen har arbetsgruppen reflekterat kring hur detta kan medföra svårigheter för handledare som inte alls vill dela med sig. I arbetsgruppen gjordes sedan valet att inte ta detta i beaktning vid skapandet av brädspelen. Utan i stället låta handledaren som använder spelet få komma på ett eget sätt att kringgå dessa utmaningar, eftersom den professionella själv vet bäst om var hans gränser korsas. De färdigskapade instruktionerna finns till för att hjälpa handledaren vid förberedningen.

En utmaning under utvecklingsarbetet har varit att i brädspelen hitta en balans mellan att främja relationen och att ungdomens förståelse om riskbruket skulle öka. Eftersom för mycket fokus på riskbruket kan stöta bort ungdomen och då förhindra möjligheten till att en relation kan skapas. Genom bygg- mät- lär loopmetoden har arbetsgruppen fått

bekräftat att brädspelets innehåll uppfyller vad arbetsgruppen har lovat med beställningsarbetet. Med tanke på utvecklingsarbetets syfte och mål är arbetsgruppen nöjda med den slutliga produkten.

Arbetsgruppen anser att det finns utvecklingsmöjligheter med brädspelet. Genom små förändringar i brädspelet kan spelet användas med olika målgrupper. Spelet kan anpassas efter målgruppens ålder samt problematik genom omformulering av frågorna. Uppdragsgivaren lyfte fram frågan att går brädspelet att användas i grupp. Men arbetsgruppen anser att den nuvarande versioner är mest lämplig för endast en ungdom och handledare. Men genom utveckling av spelet är det fullt möjligt.

## **11 Slutdiskussion**

Syftet med utvecklingsarbetet var att främja relationen mellan klient och professionell och samtidigt öka klientens förståelse om riskbruket. Arbetsgruppen anser att syftet har uppnåtts genom skapandet av brädspelet. Genom användning av feedbackmetoden byggmät-lär har arbetsgruppen fått insikter i en professionells perspektiv samt ungdomar i samma ålder som målgruppen i utvecklingsarbetet. Med dessa insikter har brädspelet utvecklats till en produkt som arbetsgruppen har lovat med beställningsarbetet och kan därför tas i användning på hybridenheten Lunabacken.

Arbetsgruppen anser att brädspelet har en bra kombination av diskussionsfrågor som gör det möjligt att en relation kan skapas. Klientens diskussionskort ger möjligheten för klienten att reflektera kring saker som berör relationer och riskbruk. Handledarens diskussionskort bidrar till handledarens delaktighet, där handledaren uppmuntrar, bidrar med kunskap och fungerar som en förebild. Genom de allmänna diskussionskorten ges klienten möjligheten till att vara kreativ och öva på scenarion som kan uppstå i verkliga livet. Diskussionskorten kan ge nya insikter om vad klienten anser vara viktigt.

Utvecklingsarbetets kunskapsbas har varit grunden i brädspelets skapande. Den har funnits som botten vid skapandet av diskussionskorten och till att nå utvecklingsarbetets mål. I brädspelet är motiverande samtal grunden till att en handledare och ungdom på Lunabacken kan ha en öppen och ärlig kommunikation. Brädspelet kommer fungera som



ett verktyg för att stärka arbetsalliansen och öka på ungdomens chans till delaktighet. Med hjälp av brädspelet kan handledaren och ungdomen lättare diskutera svåra ämnen.

## 12 Källförteckning

- Barnskyddslagen 2007/417 §20. (2007). Hämtat från <https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2007/20070417#L4P20> den 28 3 2024
- Barth, T., & Näsholm, C. (2018). *MI - samtal och förhållningssätt: att framkalla, förädla och förankra motivation*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Beroendecentrum Stockholm. (u.å). *Alkohol*. Hämtat från Beroendecentrum.se: <https://www.beroendecentrum.se/fakta/alkohol/> den 1 3 2024
- Beroendecentrum Stockholm. (u.å). *Beroende - vad är det?* Hämtat från Beroendecentrum.se: <https://www.beroendecentrum.se/fakta/vad-ar-beroende/> den 1 3 2024
- Ehyt. (u.å). *Fem tips för hur föräldrar kan förebygga ungas experimenterande med rusmedel*. Hämtat från Förebyggande rusmedelsarbete EHYT rf: <https://ehyt.fi/sv/fakta-om-rusmedel-och-spelande/stod-for-olika-livssituationer/fem-tips-for-hur-foraldrar-kan-forebygga-ungas-experimenterande-med-rusmedel/> 4 2024
- Ehyt. (u.å). *Spel om pengar*. Hämtat från Förebyggande rusmedelsarbete EHYT rf: <https://ehyt.fi/sv/fakta-om-rusmedel-och-spelande/spel-om-pengar/> den 6 4 2024
- Erling, A. (2001). *Ungdomspsykologi: utveckling och livsvillkor*. (N. Hwang, Red.) Stockholm: Natur & Kultur.
- Evenshaug, O., & Hallen, D. (2001). *Barn- och ungdomspsykologi (2 uppl.)*. (B. Nilsson, Övers.) Lund: Studentlitteratur.
- Folkhälsomyndigheten.se. (den 11 12 2023). *Spelproblem hos unga*. Hämtat från folkhalsomyndigheten.se: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/unga-och-spel/spelproblem-bland-unga/> den 3 3 2024
- Gauthier, A., Kato, P., C.M. Bul, K., Dunwell, I., Walker-Clarke, A., & Lamas, P. (den 8 April 2019). Board games for health: A systematic literature review and meta-analysis. *Games for health journal*, 8(2), 85-100. doi:<https://doi.org/10.1089/g4h.2018.0017>
- Grundlagen 1997/731 §6. (1997). Hämtat från <https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/1999/19990731> den 16 4 2024
- Helenius, J., & Kivimäki, H. (den 21 9 2023). *Välbefinnandet bland barn och unga – Enkäten Hälsa i skolan 2023 : Mer än en tredjedel av flickorna och var femte pojke upplever sitt hälsotillstånd som medelmåttigt eller dåligt*. Hämtat från [julkari.fi: https://www.julkari.fi/handle/10024/147271](https://www.julkari.fi/handle/10024/147271) den 3 4 2024
- Holm Ivarsson, B., Ortiz, L., & Wirbing, P. (2016). *MI - motiverande samtal: praktisk handbok för socialt arbete (3 uppl.)*. Stockholm: Gothia fortbildning AB.

- Hoorn, J., Dijk, E., Meuwese, R., Rieffe, C., & Crone, E. A. (2016). Peer influence on prosocial behavior in adolescence. *26*(1), 90-100. doi:10.1111/jora.12173
- Huoponen, K., Peltonen, H., Mustalampi, S., & Koskinen-Ollonqvist, P. (2001). *Förebygg användningen av rusmedel: en samarbetsguide för skolor och intressentgrupper*. Helsingfors: Utbildningsstyrelsen.
- Hwang, P., & Nilsson, B. (2019). *Utvecklingspsykologi* (4 uppl.). Stockholm: Natur & Kultur.
- Hwang, P., Frién, A., & Nilsson, B. (2018). *Ungdomar och unga vuxna: utveckling och livsvillkor*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Hytti, T. (u.å). *PRO SOS Hanke*. Hämtat från Painavaa kepeyttä asiakastyöhön: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/146717/Liite%20b%20Painavaa%20kepeyttä%20asiakastyöhön%20-katsaus%20tutkimukseen%20ja%20palautteeseen%20leikillisyydestä%20ja%20pele\\_s.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/146717/Liite%20b%20Painavaa%20kepeyttä%20asiakastyöhön%20-katsaus%20tutkimukseen%20ja%20palautteeseen%20leikillisyydestä%20ja%20pele_s.pdf?sequence=5&isAllowed=y) 4 2024
- Institutet för hälsa och välfärd. (den 11 12 2023). *Enkäten Hälsa i skolan*. Hämtat från thl: <https://thl.fi/sv/forskning-och-utveckling/undersokningar-och-projekt/enkaten-halsa-i-skolan> den 2 5 2024
- Institutet för hälsa och välfärd. (den 5 12 2023). *Psykiska störningar hos unga*. Hämtat från <https://thl.fi/sv/teman/psykisk-halsa/psykiska-storningar/psykiska-storningar-hos-unga> den 28 4 2024
- Johansson, K., & Wirbing, P. (1999). *Riskbruk och missbruk: alkohol, läkemedel narkotika: uppmärksamma, motivera och behandla inom primärvård, socialtjänst och psykiatri*. Stockholm: Natur och kultur.
- Kaasinen, M., Salohekkilä, P., & Häggman-Laitila, A. (den 1 1 2022). Experiences of Finnish care leavers of their involvement in the aftercare services for child welfare clients. *Health and social care in the community*, 95-104. doi:10.1111/hsc.13416
- Lastensuojelun keskusliitto. (u.å). *Lastensuojelu.info*. Hämtat från Klient inom barnskyddet: <https://www.lastensuojelu.info/sv/barnskyddet/klient-inom-barnskyddet/> 4 2024
- Lehman, S., Thompson, E., Adams, A., Hawes, S., Pacheco-Colon, I., Granja, K., ... Gonzalez, R. (10 2023). Motives for Cannabis Use and Risky Decision Making Influence Cannabis Use Trajectories in Teens. *13*, ss. 1-15. doi:DOI : 10.3390/brainsci13101405
- Lunafamiljecenter. (u.å). *Vår barnskydds-enhet är en hemlik miljö*. Hämtat från Lunafamiljecenter: <https://www.lunafamiljecenter.fi/barnskydds-enheten> den 28 4 2024
- Mielenterveystalo. (u.å). *Rusmedelsbruk bland unga*. Hämtat från Mielenterveystalo.fi: <https://www.mielenterveystalo.fi/sv/rusmedel/rusmedelsbruk-bland-unga> den 3 3 2024
- Mieli. (den 25 8 2022). *Suojatekijät vahvistavat, riskitekijät heikentävät mielenterveyttä*. Hämtat från mieli.fi: <https://mieli.fi/vahvista->

mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/suojatekijat-vahvistavat-riskitekijat-heikentavat-mielenterveytta/ den 4 4 2024

- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2002). *Motiverande samtal: att hjälpa människor till förändring* (2 uppl.). Norrköping: Natur & Kultur.
- Naar-King, S., & Suarez, M. (2014). *Motiverande samtal - MI: med tonåringar och unga vuxna* (1 uppl.). (G. Zetterström, Övers.) Lund: Studentlitteratur AB.
- Osmont, A., Camarda, A., Habib, M., & Cassotti, M. (6 2021). Peers choices influence adolescent risk-taking especially when explicit risk information is lacking. *31(2)*, 402-416. doi:10.1111/jora.12611
- Payne, M. (2015). *Modern teoribildning i socialt arbete* (3 uppl.). (B. Nilsson, Övers.) Stockholm: Natur & Kultur.
- Pixnekliniken. (2024). *Missbruk och beroende*. Hämtat från Pixnekliniken: <https://www.pixnekliniken.fi/beroende-missbruk/> den 1 3 2024
- Polisen. (den 8 3 2021). *Cannabis ökar benägenheten för ångest och depressionsstörningar och försämrar minnet*. Hämtat från Polisen: <https://poliisi.fi/sv/-/polisen-oroad-over-det-okade-drogmissbruket-bland-barn-och-unga> den 4 4 2024
- Ries, E. (2011). *The lean startup, how constans innovation creates radically successful businesses*. London: Penguin group.
- Sandström, S. (2024). *Spelmissbruk. Beroende av spel om pengar*. Stockholm: Gothia Kompetens.
- Stewart, S., Copeland, A., & Cherry, K. (3 2023). Risk Factors for Substance Use across the Lifespan. *184(2)*, ss. 145-162.
- Tuomela, S., Erikslund, M., & Mattjus, M. (u.å). *Pepp rusmedelsförebyggande: Handbok för föräldrar*. Hämtat från Pepp: <https://www.pepp.fi/foraldrar> 4 2024
- Wirbing, P., & Ortiz, L. (2014). *Riskbruk & beroende: beroendelära för socialtjänsten*. Stockholm: Gothia fortbildning.
- Woehler, E., & Ray, D. (10 2022). The client - counselor encounter: Assessing relational depth and motivation to change in substance use disorder treatment. *61(3)*, 158-169. doi:10.1002/johc.12185
- Åhl, C., Karlsson, J., & Ingeström, S. (2020). *Handbok för barns delaktighet och inflytande- Teori och praktik för nyfikna läsare som vill lära sig mer om värdet av barnets perspektiv*. Sverige: Unicef, för alla barn.
- Åhman, S., Sjöblom, L., & Lena, S. (2013). *Flickor och pojkar och puberteten*. Hämtat från Folkhälsan: <https://www.folkhalsan.fi/tryckta-publikationer/utbildningsmaterial/flickor-och-pojkar-och-puberteten/> den 28 4 2024
- Åkerström Kördel, J., & Brunnberg, E. (2017). *Delaktighet - som rättighet, fenomen och vardagspraktik i hälso- och välfärdsarbete*. Lund: Studentlitteratur AB.

## Bilaga 1 Innehållsanalys

Databas	Söktermer	Sökfras	Antal träffar	Avgränsningar	Antal träffar efter avgränsningar
EBSCOhost	Peer pressure AND youth AND development	Adolescents or young people or teen or young adults	534	Full text, peer reviewed, 2020-2023	23
EBSCOhost	Motivation AND encounter AND counselor AND client	or meeting or experience	49	Full text, peer reviewed, 2000-2024	18
EBSCOhost	Peer influence AND adolescents AND behavior AND interaction	Teenagers or young adults or teen or youth	214	Full text, peer reviewed	56
Google Scholar	Board games AND in AND social work	Board games in social work	71 200	2019-2024	17 300
EBSCOhost	Risk Factors AND substance use		11 197	Full text, peer reviewed, 2020-2024	631

EBSCOhost	Cannabis use AND teenagers		1038	2020-2024	424
EBSCOhost	Empowerment AND child welfare AND participation		115	Full text, peer reviewed	37

## Bilaga 2 Artikelsökning

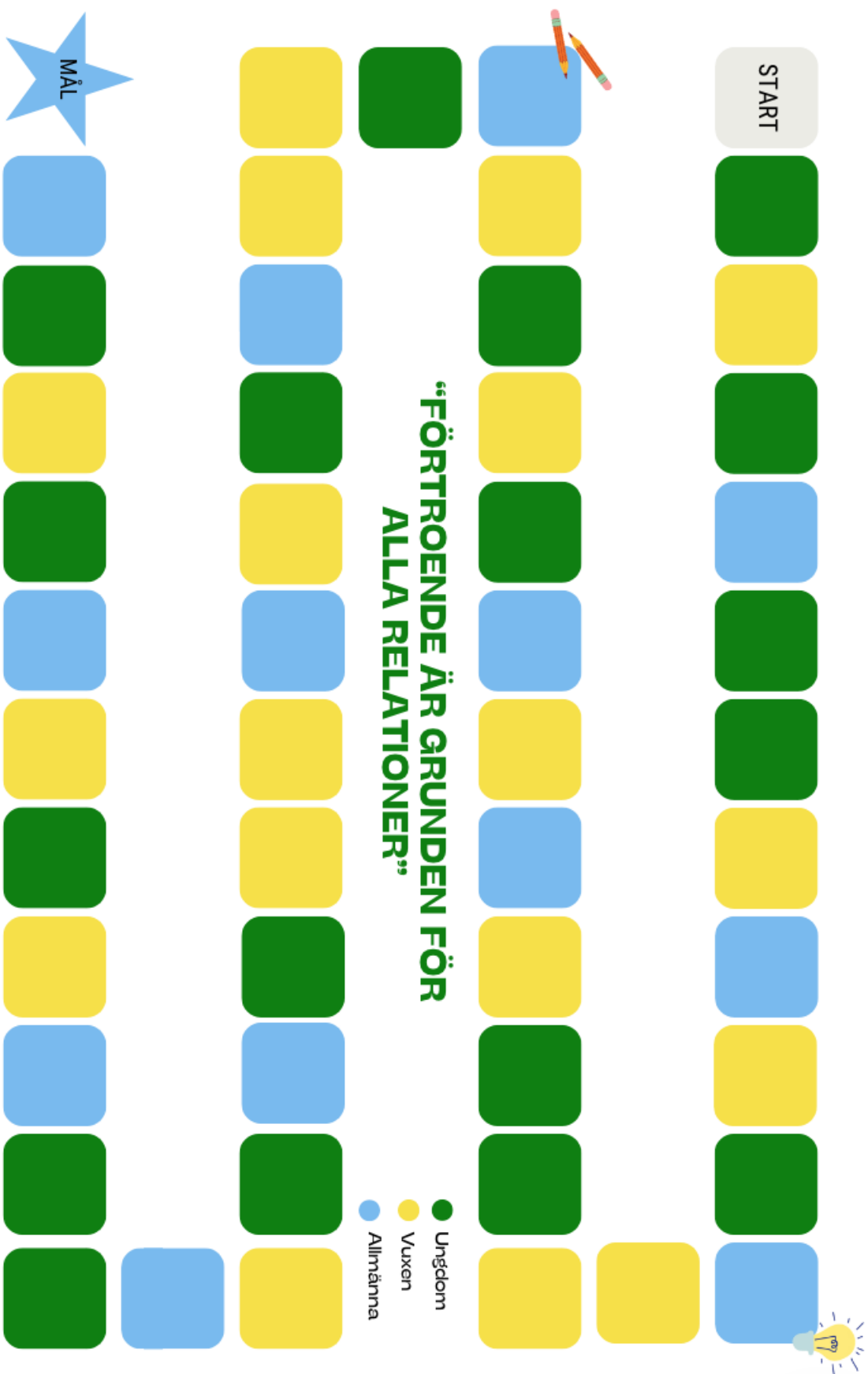
Författare och årtal	Syfte	Metod	Resultat
Osmont Anaïs, Camarada Anaëlle, Habib Marianne, Cassotti Mathieu  2021	Syftet var att undersöka hur följderna av ungdomars varsamhet jämfört med deras riskfyllda val påverkar deras riskbeteende, beroende på hur mycket information ungdomar har om risken.	Kvantitativ experimentell studie	Resultatet visade att sociala inflytanden har en effekt på ungdomarnas risktagande. Ifall ungdomen hade fått information om risken påverkas de inte lika mycket av sociala inflytanden.
Woehler Elliott, Ray Dee	Syftet med studien är att utforska sambandet mellan deltagarnas upplevda erfarenheter av relationell djup med deras individuella handledare inom behandling av sitt missbruk, samt deltagarnas rapporterade motivation att ändra sitt missbruk.	Studien är en icke-experimentell fältstudie.	Resultatet visade att relationens kvalitet spelar en viktig roll i klientens identifiering av ett missbruksproblem och att det kan främja klientens motivation att förändra sitt missbruk.

<p>Hoorn Jorien, Dijk Eric, Meuwese Rosa, Rieffe Carolien, Crone Eveline A.</p>	<p>Syftet är undersöka hur gruppsytryck påverkar ungdomarnas prosocialt beteende.</p>	<p>Experimentell forskningsstudie</p>	<p>Resultatet visade att prosocialt beteende ökade efter prosocial feedback och minskade efter antisocial feedback.</p>
<p>Gauthier Andrea, M.Kato Pamela, C.M Kim, Dunwell Ian, Walker-Clarke Aimee, Lamerias Petros</p>	<p>Syftet är att svara på följande frågor:  Vilka typer av brädspel som riktar sig mot medicinska och hälso-relaterade resultat har utvärderats? Vilken är den övergripande effekten av dessa brädspel på hälsorelaterade resultat?</p>	<p>Systematisk översikt och meta-analys.</p>	<p>Brädspel visade sig vara positivt, särskilt inom kategorin självrapporterat beteende. Analyserna antyder att brädspel kan vara effektiva för att öka kunskap och ändra beteende. Brädspel påverkar attityder eller övertygelser lite jämfört med digitalt spelbaserat lärande.</p>
<p>Stewart Shelby A, Copeland Amy L, Cherry Katie E  2023</p>	<p>Syftet var att undersöka hur användning av rusmedel påverkar individen genom levnadsåren.</p>	<p>Selektiv granskning</p>	<p>Det visade sig att användning av rusmedel påverkar individen och är en hälsorisk, det finns både likheter och olikheter bland olika åldrar som</p>



			använder sig av rusmedel.
Lehman Sarah M, Thompson Erin L, Adamns Ashley R, Hawes Samuel W, Pacheco-Colón, Ileana Granja, Karen Paula, Dayana C, Gonzalez Raul 2023	Syftet med studien var att undersöka varför individer använder sig av cannabis och hur användningen påverkar beslutsfattandet och riskbedömningar.	Kvalitativ studie	Studien visade att individer som använder cannabis pga hälsoskäl har större risk att utveckla mer användning och snabbare ökning av mängden användning.
Kaasinenn Minna, Salokekkilä Pirkko, Häggman-Laitila Arja 2022	Syftet med studien var att ta reda på unga personers erfarenheter inom barnskydds placeringar eller eftervård och övergång till ett självständigt liv.	Kvalitativ studie	Eftervården visade sig vara positiv. Nära samarbete med personal och möjligheter till att få stöd främjar deras chans till utveckling.

## Bilaga 3 Brädspelet



## Bilaga 4 Spelets instruktioner

# INSTRUKTIONER

## SÅ SPELAR DU


I det här spelet förflyttas spelaren genom tärningskast och följer brädspelets rutt.

Det finns tre högar med diskussionskort, var och en med olika betydelser i spelet.

### UNGDOM:

Diskussionskort för ungdomen innehåller frågor och scenarion. Tanken är att skapa en möjlighet för ungdomen att diskutera och reflektera tillsammans med den vuxna.

### VUXEN:

Diskussionskort för den vuxna innehåller frågor och faktapåståenden. Genom diskussionskorten kan den vuxna vara delaktig genom att bidra med kunskap via dialogform. Frågor och påståenden kan man diskutera och vidareutveckla tillsammans. 

### ALLMÄNNA:

I de allmänna diskussionskorten finns det två versioner av "2 sanningar och 1 lögn". Den första versionen är att spelaren som tar kortet ska hitta på två sanningar och en lögn medan den andra spelaren ska klura ut vilket som är vilket. Den andra versionen är färdigskapade påståenden som spelaren sedan ska klura ut vilket som är sanning och vilket som är lögn.

I allmänna diskussionskorten finns det frågor där spelaren besvarar genom att rita på ett papper. Det finns även färdigskapade scenarion och "blanka" kort där spelarna får själv hitta på frågor eller scenarion.

**Då du hamnar på en grön punkt – tar ungdomen upp ett kort från ungdomens diskussionskort.**

**Då du hamnar på en gul punkt – tar den vuxna upp ett kort från den vuxnas hög med diskussionskort.**

**Då du hamnar på en blå punkt – tar den spelare som hamnar på punkten upp ett kort från allmänna diskussionskorten.**

## FÖRBEREDELSE



Till spelet behövs en tärning med 1-3 ögon, ifall man inte har en sådan tärning kan man använd sig av en vanlig tärning där 4-6 fungerar som 1-3.

Välj slumpmässigt ut vem som börjar slå tärningen först. Efter det slår man tärningen turvist.

Till spelet behöver varje spelmedlem ha tillgång till pennor och papper eftersom det kräver att man ritat och antecknar under spelets gång.

## SPELOMGÅNG



En spelomgång går till på så sätt att spelmedlemmarna turvist slår tärningen och flyttas framåt.

Då spelaren hamnar på en punkt ska den dra upp ett diskussionskort och besvara på frågan eller diskutera kring påståendet. Då spelmedlemmarna kommer till mål ska de ta upp ett kort från allmänna diskussionskorten.

## REGLER

Turvist slår spelmedlemmarna tärningen.

Spelmedlemmarna väljer själv vad man vill diskutera om och hur mycket man vill berätta.

## SPELETS SLUT



Spelet avslutas när båda spelmedlemmarna har nått mål och dragit en allmän fråga, från högen med allmänna diskussionskort.

## Bilaga 5 Handledarens instruktioner

### HANDLEDARENS INSTRUKTIONER

#### ATT TÄNKA PÅ:

- Ha spelets syfte i baktanken (relationskapandet).
- Ha en öppen diskussion.
- Kom ihåg att anpassa frågorna till klientens situation, behov och ålder.
- Före spelet inleds kan handledaren välja ut vilka diskussionskort som är passande att användas.
- En del av frågorna kan man vidareutveckla.
- Ni behöver inte avsluta diskussionen fast ni kommer till mål. Ni kan diskutera tills ni känner att ni är klara.



#### KOM IHÅG:

- Att lyssna aktivt.
- Att ge information i dialogform för att skapa en interaktiv miljö där klienten får möjligheten att uttrycka sina tankar och åsikter.
- Att förmågan att inta klientens perspektiv och att en empatisk kommunikation kan bidra positivt till att klienten känner sig hörd och förstådd.
- Att det är nödvändigt att kunna balansera fokuset mellan relationsarbetet och förändringsarbetet.
- Att tanken med brädspelen är att båda ska vara delaktiga och på det sättet skulle en relation och allians mellan handledare och klient skapas.
- Att som ungdom få känslan av att sin röst blir hörd eller att man har ett inflytande är väldigt betydelsefullt.
- Att handledaren ska fungera som en trygg person att prata med.
- Att uppmuntra ungdomen.
- Att brädspelen kräver till en viss del att handledaren behöver dela med sig av egna tankar och åsikter till ungdomen. Du vet bäst var dina gränser korsas, gör det som känns mest bekvämt för dig.

#### DISKUSSIONSKORT:

##### Ungdom:

Handledaren uppmuntrar ungdomen till att reflektera kring sig själv och egna värderingar.

##### Vuxen:

Handledaren bidrar med kunskap och fungerar som en rollmodell till att ha en öppen och ärlig kommunikation.

##### Allmänna:

Uppmuntra ungdomen till att vara kreativ.



## Bilaga 6 Brädspelets frågor

Hur skulle du hantera situationen om du hamnade i en miljö där droger och alkohol erbjuds?

Vad skulle du göra om en vän visade tecken på att hen har problem med droger eller alkohol?  
Hurdana tecken visar en vän som har problem med droger eller alkohol?

Har du frågor du vill ställa?

Vad är du mest intresserad av?

Vad uppskattar du mest i din vardag?

Finns det något som du anser fattas i din vardag?

Vad är viktigt för dig?

Vilka förväntningar har du på vår relation?

Finns det områden där du känner att du behöver stöd eller vägledning?

Vilka är dina förväntningar på mig som handledare?

Vad betyder ärlighet för dig?

Vad är du bra på?

Finns det någon händelse i ditt liv där du önskar att du skulle ha fått mera stöd i?

Har du funderingar eller frågor om vårt arbete?

Finns det specifika händelser eller situationer som ha påverkat dig nyligen?

Vilka tankar och känslor väcks hos dig när du tänker på ditt riskbruk?

Vad tänker du om cannabis?

Är du oroad över någon annans rusmedelsanvändning?

Vad motiverar dig?

Hur kan vi tillsammans ta små steg mot att nå dina mål?

Hur visar du uppskattning?

Vad tycker du om att göra på din fritid?

Hur påverkar din nuvarande situation ditt liv och dina mål?

Finns det något du oroar dig för?

Hur känner du inför tanken på att få hjälp eller stöd för att hantera ditt riskbruk?

Hur definerar du ordet stress?  
Hur hanterar du stress och svåra situationer?

Vad är positivt med skolan?

Har du några strategier för att undvika frestelser?

Vad får dig att känna dig mest motiverad och inspirerad att göra förändringar i ditt liv?

Vilka är dina tankar kring risker och konsekvenser av att använda rusmedel?

Vad ger dig glädje?

Finns det faktorer som kan påverka möjligheterna för att ändra ditt beteende?

Vilka positiva förändringar och möjligheter tror du finns om du lyckas hantera ditt riskbruk?

Hur skulle du beskriva din nuvarande situation när det gäller din relation till riskbruk?

Upplever du att det finns hinder eller utmaningar i din relation till oss vuxna?

Finns det några ämnen eller frågor du tycker att vi inte diskuterat tillräckligt?

På en skala 1–10, hur bekväm känner du dig att dela med dig av dina känslor och tankar till den vuxna?

På en skala 1-10, hur bra trivs du på Lunabacken?

På en skala 1-10, hur viktigt är det för dig att göra en förändring?

Upplever du att du har ett inflytande i förändringsarbetet?

Nämn betydelsefulla fördelar med att undvika rusmedelsanvändning.

Har ni diskuterat om rusmedel i skolan?

Vilken roll spelar tidig intervention och tidigt stöd i att förhindra att riskbruk utvecklas till mera allvarliga problem?

Hur definierar du ordet "samarbete"?  
Hur önskar du att vi ska samarbeta?  
(rikta frågan till ungdomen)

Hur hanterar vi svåra situationer tillsammans?

Hur kan jag som handledare stöda dig och din relation till din familj?

Vad betyder ärlighet för dig som vuxen inom Lunabackens väggar?

Vad tycker du som vuxen att har varit mest värdefullt i vår interaktion hittills?

Påminn ungdomen att det är okej att tacka nej till cannabis även om det är en vän som bjuder?

Uppmuntra ungdomen till att äta, sova och röra på dig.

Uppmuntra ungdomen till att sätta tydliga gränser för sig själv.

Diskutera strategier för att hantera frestelser eller hur man distraherar sig själv med andra aktiviteter.

Diskutera tillsammans riskfaktorer och skyddsfaktorer gällande riskbruk.

Fakta: hjärnan inte är fullt utvecklad förrän 25 års åldern?

Vilka rusmedel finns det?

Gruppträck eller rädsla av att hamna utanför kan påverka ens beslutsfattande.  
(diskutera vad ordet gruppträck betyder)

Drömmar för framtiden, för dig eller för dig och din familj. Hur kan vi tillsammans arbeta för att uppnå dem?  
(rikta frågan till ungdomen)

Fakta: man kan ha riskbruk av spel, mat, sex, droger och alkohol?

Fakta om dopamin: kopplat till hjärnans belöningssystem och ger en upplevelse av eufori och lustkänsla.

Fakta: miljö och omständigheter som man växer upp i kan påverka oss på olika sätt. Ens egna erfarenheter, egenskaper och temperament kan i sin tur påverka hur man ser på omgivningen.

Vilka resurser och stödsystem tror du att är mest effektiva för att hjälpa ungdomar att hantera stress och utmaningar?

Hur kan vi som vuxna visa att det är okej att be om hjälp?

Vilka är dina coping-strategier för att hantera stress och svårigheter?  
(Dela med dig av tips)

Hur kan vi skapa en trygg miljö för ungdomen att uttrycka och utforska sin identitet? Utan rädsla för fördomar eller diskriminering.

Hur kan man stöda en ungdom som har ångest eller depression?

Hur skulle man öka på ungdomars ansvarstagande och självständighet?

Vilka är de mest betydelsefulla aspekterna i att bygga och upprätthålla positiva och stödjande relationer med unga människor?

Hur kan vi tillsammans utforska behov, gränser och prioriteringar?  
(med tanke på relationen)

Diskutera hobby  
möjligheter i  
Lunabacken



Diskutera tillsammans var man kan hitta information om rusmedel. (Uppmuntra ungdomen att komma och prata med vuxna, för att tillsammans söka informationskällor. Ex. Päihdelinkki, Mielenterveystalo, Ehyt.

**Fakta:** Att ha kunskap om hur man hanterar stress och känslor är avgörande för att må bra i svåra situationer.

**Fakta:** Att förstå din styrka och förmåga att övervinna svårigheter kan bidra till din mentala och emotionella hälsa.

**Fakta:** Riskbruk av alkohol, droger eller andra substanser ökar risken för skadliga konsekvenser.

**Fakta:** Spelproblematik ökar risken för depression, ångest och andra psykiska hälsoproblem.

**Fakta:** Att sätta realistiska mål och att jobba mot dem kan vara viktigt för att skapa en positiv framtid.

**Fakta:** Tidigt debutålder för riskbruk av alkohol och droger ökar risken för att utveckla ett beroende senare i livet.

Diskutera hur rusmedelsanvändning kan ha ekonomiska konsekvenser

**Fakta:** Det sker snabba biologiska, psykologiska och sociala förändringar under ungdomsutvecklingen. Utvecklingsprocessen påverkar ungdomens drivkrafter, beslut och mål.

Diskutera vad empowerment betyder och uppmana ungdomen till det

Diskutera gemensamma intressen

Hur kan vi öka vår självinsikt för att förstå varför vi hamnar i riskfyllda situationer?

Diskutera olika sätt att be om hjälp och stöd från andra

Diskutera vad ungdomen är bra på

På en skala 1-10 diskutera hur ni känner er idag

En lögn och två  
sanningar  
(Hitta på själv)

En lögn och två  
sanningar  
(Hitta på själv)

En lögn och två  
sanningar  
(Hitta på själv)

En lögn och två  
sanningar  
(Hitta på själv)

BLANK

BLANK

BLANK

BLANK

Rita ditt närmaste  
nätverk

Du märker att din nära  
vän blir mera frånvarande  
och visar tecken på dåligt  
välbefinnande, vad kan du  
göra i en sådan situation?  
(Scenario)

Om du inte känner dig  
trygg i Lunabacken, vem  
kan du vända dig till?  
(Scenario)

Du är i skolan och någon  
mobbar dig, vad gör du?  
(Scenario)

Hur ska du gå tillväga då du  
känner att en handledare inte  
respekterar ditt personliga  
utrymme?  
(Scenario)

Gruppen vill göra något  
som inte känns bra för  
dig, hur gör du i denna  
situation?  
(Scenario)

Du är på en fest där du blir  
erbjuden att ta emot alkohol från  
en öppnad flaska där du är osäker  
på vad flaskan innehåller. Hur gör  
du i denna situation?  
(Scenario)

Hur skulle du agera om du  
blir orättvist behandlad av  
en handledare?  
(Scenario)

Rita hur din  
drömdag ser ut

Rita ett minne som är  
speciellt för dig

Hur hanterar man konflikter?

- Man diskuterar saken
- Man uttrycker sina åsikter på ett respektfullt sätt
- Man ger inte den andras tankar en chans

(Utskriven lögn och två sanningar)

Hur visar man respekt till den andra?

- Man lyssnar aktivt
- Man visar inte uppskattning
- Man visar inte förståelse för den andras känslor och perspektiv

(Utskriven lögn och två sanningar)

Hur bygger man förtroende?

- Man är illojal
- Man är öppen och ärlig
- Man respekterar den andras integritet

(Utskriven lögn och två sanningar)

Hur stärker man en relation?

- Man gör något tillsammans
- Man skapar minnen tillsammans
- Man visar inte respekt

(Utskriven lögn och två sanningar)

Rita en plats du skulle vilja besöka

Du kämpar med att identifiera din identitet och självbild. Hur vill du ha stöd av vuxna?  
(Scenario)

Du känner att negativa upplevelser från barndomen påverkar ditt nuvarande liv och relationer. Hur bryter du mönstret och skapar en hälsosammare framtid för dig själv?  
(Scenario)

Du är i en situation där du vet att informationen du håller kan skada någon eller förstöra något. Vad gör du?  
(Scenario)

Rita något som är viktigt för dig

Du tvivlar på din egen förmåga att göra en förändring, hurdant stöd skulle du vilja ha?  
(Scenario)

Du och den vuxna kommer från olika kulturella bakgrunder och har olika värderingar och normer. Hur kan ni tillsammans bäst främja förståelse och respekt för olikheterna?  
(Diskutera vad värderingar och normer betyder)

Du är i en krissituation och känner dig överväldigad och desperat. Hur kan den vuxna bäst stöda dig?  
(Scenario)

Rita något du skulle vilja göra.

Rita din favoritplats.

Rita hur du känner dig idag.

BLANK