

# Anhörigstöd för föräldrar till unga vuxna med autism

Utvärdering av en  
gruppintervention med fokus  
på självständighetsprocessen

**Ann-Louise Kvarnsjö-  
Lindström  
Inger Karlsson**





# Forskningsenhetens rapporter

Forskningsenheten är Region Kronobergs forsknings- och utvecklingsenhet. Verksamheten i Region Kronoberg ska bygga på aktuell evidensbaserad kunskap. Forskningsenheten är en verksamhet för kontinuerlig kunskapsutveckling inom regionens hälso- och sjukvårdsverksamhet. Enheten är länets dialogpart i FoU-frågor både på nationell och internationell nivå.

Det ligger ett stort värde i att arbeten som görs presenteras på ett lättillgängligt sätt. Forskningsenheten publicerar därför, efter bedömning av ett redaktionsråd, rapporter.

- En rapport är ett dokument där det ställs vetenskapliga krav på studiedesign, metod, presentation och tolkning/värdering på resultat.

Författarna ansvarar för innehållet i rapporten. Publicering i Forskningsenhetens rapportserie behöver inte betyda att Forskningsenheten och redaktionsrådet delar värderingar eller slutsatser som framförs i rapporten.

Vid frågor om våra publikationer kontakta Forskningsenheten via e-post:

[forskningsenheten@kronoberg.se](mailto:forskningsenheten@kronoberg.se)

eller telefon 0470-59 2280



# Förord

För att kunna möta föräldrars behov av stöd och reducera oro och stress erbjuder vuxenhabiliteringen i Region Kronoberg en gruppverksamhet till föräldrar som har ungdomar mellan 18 och 25 år. Målet med gruppverksamheten är att genom ökad kunskap få strategier för att kunna vara ett fortsatt stöd i ungdomarnas självständighetsutveckling och att genom samtal med andra föräldrar få reflektera utifrån sina och ungdomarnas situation och behov. Kunskap om vilket stöd som finns att få i samhället kan leda till ökad kontroll och minskad oro inför ungdomarnas framtid, liksom att få möjlighet att dela erfarenheter med andra.

En utvärdering av denna gruppverksamhet har genomförts av Inger Karlsson och Ann-Louise Kvarnsjö Lindström, både socionomer och tillika gruppledare för gruppverksamheten vid vuxenhabiliteringen i Region Kronoberg. Utvärderingen är ett värdefullt underlag för att belysa utfall samt identifiera möjliga förbättringsområden. Handedare har varit Birgitta Gunnarsson och Charlotte Post Sennehed, forskningsenheten, Region Kronoberg.



# Sammanfattning

För ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar kan självständighetsprocessen mot ett vuxenliv många gånger innebära utmaningar. Områden som berörs kan vara att ombesörja egen försörjning, att flytta hemifrån, hantera krav i hemliv och personlig vård och att kunna etablera relationer i nya sammanhang. Att på egen hand ta nödvändiga steg mot ökad självständighet ställer krav på exekutiva förmågor och sammanhangsförståelse och dessa förmågor är ofta nedsatta vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. Processen tar längre tid och ungdomarna behöver ofta ett längre aktivt föräldrastöd i jämförelse med andra ungdomar i samma ålder. Det aktiva föräldraskapet kan vara krävande och föräldrar kan ha behov av eget stöd. För att kunna möta föräldrars behov av stöd och reducera oro och stress erbjuder vuxenhabiliteringen i Region Kronoberg en gruppverksamhet till föräldrar som har ungdomar mellan 18 och 25 år. Målet med gruppverksamheten är att genom ökad kunskap få strategier för att kunna vara ett fortsatt stöd i ungdomarnas självständighetsutveckling och att genom samtal med andra föräldrar få reflektera utifrån sina och ungdomarnas situation och behov. Syftet med det här projektet var att utvärdera gruppverksamheten genom att ta del av föräldrarnas erfarenheter av deltagandet.

Föräldrar till ungdomar mellan 18 och 25 år med neuropsykiatrisk diagnos (autism utan intellektuell funktionsnedsättning, men för vissa i kombination med ADHD/ADD) erbjöds samtalsgrupp. Deltagarna rekryterades när ungdomarna blev aktuella vid vuxenhabiliteringen. Gruppverksamheten omfattade fem tillfällen á två timmar förlagda till kvällstid. Teman som berördes var exempelvis; funktionsnedsättning i förhållande till utvecklingsfas, bemötande och anpassningar, samhällets stöd, återhämtning och strategier utifrån stress- och sårbarhetsperspektiv. Totalt deltog 31 föräldrar, varav 19 kvinnor och 12 män. Grupperna var slutna och antalet deltagare i varje grupp har varierat mellan sex och nio personer. Sammanlagt 29 personer besvarade en skriftlig enkät i samband med det avslutande gruppstillfället. Två personer fullföljde inte sitt deltagande och besvarade inte enkäten. Data analyserades med deskriptiv statistik och innehållsanalys.

Resultatet visade att deltagarna upplevde mötet med andra föräldrar som positivt, och att de fick stöd och stöttning från andra i liknande situation. Deltagande i gruppverksamheten visade sig ha positiv inverkan på deltagarnas upplevelser av minskad stress och oro inför ungdomens framtid. Överlag upplevde de att de haft utbyte av att träffa andra. Genom att tillägna sig ny kunskap och reflektera över sitt förhållningssätt beskrev flera av deltagarna att de hade utvecklat nya strategier för att hantera sin oro. Vidare framkom att de förändrat sitt sätt att bemöta ungdomarna i deras självständighetsutveckling. Vår kliniska erfarenhet är att föräldrar genom möten med andra får ny insikt och ett annat perspektiv på sin situation och att det i en grupp med andra uppstår en dynamik och en känsla av samhörighet. Gruppverksamheten kan ha fungerat som en social och emotionell resurs, där deltagarna känt sig trygga nog att dela med sig av personliga erfarenheter. Det uppstod ofta en hög grad av igenkänning och förståelse för varandra. Att ta del av andra föräldrars erfarenheter kan således vidga det egna perspektivet och leda till nya insikter.



# Innehåll

Förord.....	1
Sammanfattning.....	2
Innehåll.....	3
Bakgrund .....	4
Syfte.....	6
Metod.....	7
Deltagare .....	7
Gruppverksamhet.....	7
Samtalsledarnas roll.....	7
Genomförandet av utvärdering.....	7
Resultat.....	9
Sammanställning av deltagarnas egna reflektioner/öppna svar i enkäten.....	9
Förbättringsförslag .....	10
Diskussion.....	11
Konklusion .....	13
Referenser .....	14
Bilaga .....	15
Utvärdering ”Anhörigstöd för föräldrar i grupp” .....	15



# Bakgrund

För ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (autism, ADHD/ADD) kan självständighetsprocessen mot ett vuxenliv många gånger innebära utmaningar utifrån en försenad mognad. Processen tar längre tid och ungdomarna behöver ofta ett längre aktivt föräldrastöd i jämförelse med andra ungdomar i samma ålder. Det aktiva föräldraskapet kan vara krävande och föräldrar kan ha behov av eget stöd för att hantera detta (Sörngård, 2022). Självständighetsutvecklingen sker inom flera livsområden och ställer krav på egen planering och igångsättning. Områden som berörs kan för ungdomen vara att ombesörja egen försörjning genom arbete/sysselsättning/studier, att flytta hemifrån och hantera krav i hemliv och personlig vård och att kunna etablera relationer i nya sammanhang. Att på egen hand ta nödvändiga steg mot ökad självständighet ställer krav på exekutiva förmågor och sammanhangsförståelse. Dessa förmågor är ofta nedsatta vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (Sörngård, 2022). I Nationellt Kompetenscentrum för anhörigas (NKA) Kunskapsöversikt ”Anhörigas stöd till vuxna med funktionshinder” (2013) belyses anhörigperspektivet utifrån olika studier. Författaren beskriver att rollen som anhörig/omsorgsgivare påverkar livet på olika sätt och att ”omsorgsåtagandet” riskerar att medföra psykiska påfrestningar.

I samband med ungdomars självständighetsutveckling uppstår nya situationer som känslomässigt kan vara svåra att hantera som förälder. Det kan finnas starka band mellan föräldrar och barn som kvarstår inför vuxenlivet och som kan ha sin grund i att ungdomar med funktionsnedsättning ofta saknar drivkraft till frigörelse (Bakk & Grunewald, 2004). I studier som gjorts framkommer att föräldrar som har barn med autism, efter att ha fått psykoedukativa insatser om funktionsnedsättningen och anpassat bemötande, upplevt minskad ångest och stress (Mo et al., 2024). Vid en funktionsnedsättning kan det vara lätt att förklara att beteenden orsakas enbart utifrån diagnosen. Dock finns andra perspektiv att beakta, som personens utvecklingsår och personlighet (Aspeflo & Dahlgren, 2018).

På vuxenhabiliteringen i Region Kronoberg möter vi föräldrar, som har ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, och som är i självständighetsutvecklingen. Vanligt förekommande är att föräldrar signalerar ökad stress i denna fas både vad gäller bemötande till sin ungdom men också framtidsfrågor. Det finns ofta ett behov som förälder att bli bekräftad i att ungdomen behöver mer aktivt stöd i sin frigörelse och att det sker parallellt med steg i normal utvecklingsfas och mognad. Det finns ett värde i att få möjlighet att reflektera och fundera på vad som kan vara relaterat till ungdomens utvecklingsfas i förhållande till funktionsnedsättning. Detta kan sannolikt bidra till ett förändrat förhållningssätt eller tankemönster utifrån de olika perspektiven exempelvis gällande kravnivå. Ungdomar med funktionsnedsättning är ofta i behov av stöd från samhällets servicefunktioner och behöver känna till vilket stöd som finns, men även föräldrar behöver ha kännedom om samhällets stöd för att kunna stötta ungdomar i olika frågor.

För att kunna möta föräldrars behov av stöd och reducera oro och stress erbjuder vuxenhabiliteringen i Region Kronoberg sedan många år gruppverksamhet till föräldrar som har ungdomar mellan 18 och 25 år. Genom gruppverksamheten kan föräldrar genom ökad kunskap få strategier för att kunna vara ett fortsatt stöd i ungdomarnas självständighetsutveckling och de kan genom samtal med andra föräldrar få reflektera utifrån sina och ungdomarnas situation och behov. Vidare, kunskap om vilket stöd som finns att få i samhället kan leda till ökad kontroll och minskad oro inför ungdomarnas framtid, liksom att få möjlighet att dela erfarenheter med andra.

En utvärdering av denna gruppverksamhet är ett värdefullt underlag för att belysa utfall samt identifiera möjliga förbättringsområden.

# Syfte

Syftet var att utvärdera en gruppverksamhet riktad till föräldrar med unga vuxna med autism. Frågeställningarna var om deltagande i gruppen bidrar till att föräldrarna rapporterar;

- Minskad oro inför framtiden?
- Ökad kunskap om skillnaden mellan utvecklingsrelaterad problematik (tonårsutveckling) och svårigheter relaterade till funktionsnedsättning?
- Ökad kunskap om samhällets stöd?
- Förändrat förhållningssätt i rollen som förälder?
- Värde av erfarenhetsutbyte med andra föräldrar?



## Metod

Utvärdera gruppverksamhet som pågick under perioden hösten 2023 till våren 2025 med hjälp av enkät med öppna och slutna svar i samband med sista grupptillfället, se bilaga. Denna utvärdering genomfördes för fyra gruppverksamheter.

## Deltagare

Föräldrar till ungdomar mellan 18 och 25 år med neuropsykiatrisk diagnos (autism utan intellektuell funktionsnedsättning, men för vissa i kombination med ADHD/ADD) deltog. Deltagarna rekryterades när ungdomarna blev aktuella vid vuxenhabiliteringen. Totalt deltog 31 föräldrar, varav 19 kvinnor och 12 män. En deltagare avböjde sin plats efter första tillfället på grund av förhinder. En deltagare hade förhinder vid det avslutande tillfället. Grupperna var slutna och antalet deltagare i varje grupp varierade mellan sex och nio personer. Sammanlagt 29 personer besvarade en skriftlig enkät i samband med det avslutande grupptillfället. Två personer fullföljde inte sitt deltagande och besvarade inte enkäten.

## Gruppverksamhet

Gruppverksamheten omfattade fem tillfällen á två timmar förlagda till kvällstid. Teman som berördes var exempelvis; funktionsnedsättning i förhållande till utvecklingsfas, bemötande och anpassningar, samhällets stöd, återhämtning och strategier utifrån stress- och sårbarhetsperspektiv. Varje grupptillfälle inleddes och avslutades med ”in-och utcheckning” om tankar, känslor, reflektioner kring teman som berörts. I samband med det första tillfället lyftes den ”etiska tystnadsplikten”, det vill säga att det som sägs i rummet stannade i gruppen och att varje deltagare själv fick avgöra vad man ville delge övriga i gruppen.

## Samtalsledarnas roll

Samtalsledarna, som båda är socionomer och legitimerade hälso- och sjukvårdskuratorer med lång erfarenhet av såväl målgrupp som att leda grupper, hade ett övergripande ansvar för att skapa ett tillitsfullt och tryggt samtalsklimat för att möjliggöra reflektion, dialog och gemensamt lärande. Det var viktigt att främja ett aktivt deltagande och en uppmuntran att dela med sig av sina erfarenheter. Varje tillfälle hade ett/ett par övergripande tema(-n) och samtalsledarna kompletterade med relevant kunskap. En genomgående tanke var att utforma grupptillfällena som ett samtalsforum, snarare än som undervisning eller föreläsning.

## Genomförandet av utvärdering

Deltagarna besvarade en enkät efter genomförd gruppverksamhet, se bilaga. Enkäten utformades med inspiration från enkät i rapporten ”Stöd till anhöriga till vuxna med autism” (Palmqvist Werner, 2017). Enkäten innehöll såväl slutna som öppna svar. De slutna svaren, som besvarades med ”ja”, ”nej” eller ”delvis” var kvantitativa data och analyserades med deskriptiv statistik. De

öppna svaren, där deltagarna kunde beskriva sina erfarenheter med egna ord var kvalitativa data och analyserades med innehållsanalys. De båda författarna (IK och A-L KL) analyserade först var för sig och sedan tillsammans. Analysen diskuterades slutligen tillsammans med handledarna.

# Resultat

Deltagarna upplevde mötet med andra föräldrar som positivt, och att de fått stöd och stöttning från andra i liknande situation. Svaren i enkäten visade ett resultat med övervägande positiv återkoppling, se Tabell 1.

**Tabell 1.** Sammanställning av enkätsvar, n=29.

	<b>Ja</b>	<b>Delvis</b>	<b>Nej</b>	
Har deltagare fått ökad kunskap om samhällets service?	21	8	0	
Har utbytet med andra föräldrar gett stöd för egna funderingar?	28	0	1	
Har deltagare fått ökad kunskap om ungdomens funktionsnedsättning?	12	15	2	
Har deltagarna fått strategier att hantera egen oro inför framtiden?	12	16	1	
Har deltagare ändrat sitt sätt att bemöta ungdomen?	9	16	4	
Har deltagare haft nytta av gruppen?	26	3	0	
Vad tyckte du sammantaget om innehållet i gruppverksamheten?	<b>Dåligt/ganska dåligt</b> 0	<b>Varken bra eller dåligt</b> 1	<b>Ganska bra</b> 3	<b>Bra</b> 25

## Sammanställning av deltagarnas egna reflektioner/öppna svar i enkäten

Deltagarna uttryckte att de ”fått bra information om samhällets stöd ” och ”stöd man inte visste fanns”, men även kunskap om ”vilka vägar man ska ta och vilka instanser man kan kontakta”.

Deltagarna upplevde att utbytet med andra föräldrar som positivt och menade att ”vanliga föräldrar inte förstår alls hur det är att vara förälder till ett autistiskt barn”. Någon beskrev det som att ”det är skönt att träffa andra och höra att man inte är tokig”. Det framkom också att utbytet av erfarenheter med andra föräldrar/deltagare upplevdes som något som inte kunde förmedlas från de professionella på samma sätt.

En deltagare gav exempel på en ny strategi som att ”dela upp mål i små mål”. Två andra deltagare beskrev att gruppen varit ett stöd för ”att ta hand om och tänka mer på mig själv” och att ha ”fått med mig bra strategier och att det finns andra som kan hjälpa till”.

Deltagare beskrev att de ändrat sitt sätt att bemöta ungdomen, som att *"jag är lugnare, mer tålamod"* och att *"tjata mindre, lyssna mer"*, och *"att förbereda mer vid förändring"*.

Utbytet med andra föräldrar och nyttan med gruppen beskrevs till exempel som *"känslan av att inte vara ensam"* och *"bra att höra hur andra har det så ser man på sitt eget på ett annat sätt"*. En deltagare uttryckte det som att *"kunnet ställa frågor till föräldrar och er kuratorer som man burit på länge"*. Ytterligare en skrev att *"man fick en varm gemenskap och vågade ta upp svåra saker"*.

## **Förbättringsförslag**

Det framkom önskemål om fler grupptillfällen då deltagarna beskrev att det tar tid att tillägna sig ny kunskap. Flera deltagare uttryckte behov av mer tid för fördjupad kunskap inom vissa områden, som exempelvis kommunikation och motivation. Deltagare önskade, förutom grupptillfällen, även skriftlig information avseende det som togs upp vid varje grupptillfälle.

# Diskussion

Resultatet från den här utvärderingen visar att deltagarna upplevt mötet med andra föräldrar som positivt, och att de fått stöd och stöttning från andra i liknande situation, något som andra inte förstår om man inte har ett barn med autism. Detta framkommer även hos Gullachsen (1998) där det beskrivs att det uppstår en positiv kraft i mötet med andra i samma situation och att det handlar om en hög grad av igenkännande och ett äkta inifrånperspektiv. Ett sådant genuint inifrånperspektiv kan inte heller förmedlas från de professionella på samma sätt. Exempelvis kan tankar en person upplevt som skrämmande/sorgliga, efter att ha delats och uttrycks tillsammans med andra, bli mindre hotande och hanterbara (Gullachsen, 1998). En förälder från den här utvärderingen beskrev det som en bekräftelse på att inte vara ”tokig”. För ökad kunskap inom olika livsområden har vi utgått från teman som utvecklats över en längre tid utifrån de behov som de anhöriga har förmedlat. Man kan även ta del av liknande i litteraturen såsom det exempelvis beskrivs i Sörngards ”Handbok för föräldrar” (2022). En del teman återkommer även i nutida litteratur och befäster relevansen för innehållet i våra gruppverksamheter.

Deltagande i gruppverksamheten visade sig i den här utvärderingen ha positiv inverkan på föräldrars upplevelser av minskad stress och oro inför ungdomens framtid. Överlag upplevde de att de haft utbyte av att träffa andra och att gruppverksamheten varit till nytta för dem, vilket bekräftas av Winqvist (2011) som beskriver positiva effekter för anhöriga att träffas i stödgrupper. De anhöriga behövde inte försöka förklara utan det blev som en erfarenhet som delades med andra. Det ligger i linje med en tidigare utvärdering av anhöriggrupper som genomfördes i Region Skåne (2017). Den rapporten visade att deltagarna var nöjda med att delta i grupp och av erfarenhetsutbyte med andra i liknande situation. I den rapporten refereras till tidigare forskning, som indikerar att det ofta innebär ökad psykisk belastning att vara förälder till barn med funktionsnedsättning, och att då får stöd genom att delta i gruppverksamhet ger positiva effekter. Vidare lyfter den rapporten att åtstramningar i samhället kan leda till ytterligare påfrestningar för föräldrarna, som därmed får ytterligare ökat behov av stöd. Genom att tillägna sig ny kunskap och reflektera över sitt förhållningssätt har flera föräldrar i den här utvärderingen beskrivit att de i samband med deltagandet i gruppverksamheten utvecklat nya strategier för att hantera sin oro. Vidare framkommer att man förändrat sitt sätt att förhålla sig till och bemöta ungdomarna i deras självständighetsutveckling. Vår egen kliniska erfarenhet är att föräldrar genom möten med andra får ny insikt och ett annat perspektiv på sin situation. Detta är samstämmigt med vad Jönsson (2012) beskriver kring värdet av gruppinterventioner för anhöriga.

Vår kliniska erfarenhet är att deltagande i en grupp kan ge föräldrar möjligheter att reflektera tillsammans och utbyta erfarenheter på annat sätt än att läsa sig till kunskap på egen hand. Att som förälder få möjlighet att tillägna sig ny kunskap och med stöd av andra föräldrar reflektera, kan ge stöd i det fortsatta föräldraskapet. Samtidigt finns det en förståelse för att det tar tid att implementera nya strategier och att ta till sig information om samhällets stöd, men också att förhållningssättet i föräldraskapet kan vara invariant och då kan ett nytt sätt att förhålla sig ta tid att omsätta i praktiken. Deltagare beskrev den ökade kunskapen genom att referera till ”tre korgar och att autism bara är en del” och vad som ligger i ”att vara jaget och diagnosen” och ”olika livsstadier”. Begreppet ”tre korgar” används under gruppverksamheten som en metafor för tre perspektiv- ungdomarnas utvecklingsfas, personlighet och diagnosrelaterade svårigheter. Dessa perspektiv beskrivs även av Aspeflo och Dahlgren (2018).

Våra fem tillfällen ger en överblick över det stöd som finns och de strategier som kan vara relevanta. Flera föräldrar/deltagare uttryckte behov av fördjupad kunskap till exempel metoder för kommunikation med sin ungdom och hur en förälder kan stärka ungdomens motivation och vilja att ta emot hjälp inom vissa områden, men det finns i nuläget inte utrymme för detta inom denna gruppverksamhet. Vi brukar då rekommendera föräldrarna att fortsätta med individuell kontakt med vuxenhabiliteringen, kontakta kommunens anhörigkonsulenter eller vända sig till intresseorganisationer.

Det framgår av den här utvärderingen att föräldrarna upplevde sig trygga med samtalsledarna, och att det var betydelsefullt för deltagandet. Vår kliniska erfarenhet är att det ganska snabbt uppstår en känsla av samhörighet och igenkänning vilket gör att deltagarna känner sig trygga. Som gruppleddare ansvarar vi för att skapa ett samtalsklimat som bygger på tillit och att alla ska få komma till tals. Det ligger i linje med Svedberg (2016) som också beskriver vikten av att känna sig trygg och delaktig i gruppen och skapar mervärde.

Flera citat visar att gruppverksamheten kan ha fungerat som en social och emotionell resurs, där deltagarna känt sig trygga nog att dela med sig av personliga erfarenheter. Vår kliniska erfarenhet är att det i en grupp med andra uppstår en dynamik och en känsla av samhörighet. Det uppstår ofta en hög grad av igenkänning och förståelse för varandra som är positiv. Att ta del av andra föräldrars berättelser och erfarenheter kan således vidga det egna perspektivet och leda till nya insikter.

Deltagarna hade önskemål om skriftlig information om samhällets stöd och en checklista när olika insatser kan vara aktuella och vart man vänder sig (en samlad handbok/ett häfte). Viss information har getts i samband med grupptillfällena men det är svårt att delge all information då regelverk ändras regelbundet och är väldigt omfattande.

Vuxenhabiliteringen har en broschyr om samhällets stöd som uppdateras regelbundet och delas ut vid grupptillfällena. De har dessutom fått en skriftlig sammanfattning om olika förhållningssätt och strategier som vi berört under grupptillfällena.

# Konklusion

Utvärderingen visade att ”Gruppverksamhet för anhöriga” bidrog till att föräldrarna:

- Upplevde det som positivt att ha deltagit i gruppverksamheten
- Upplevde erfarenhetsutbyte med andra föräldrar i liknande situation som positivt
- Har fått ökad kunskap om förhållningssätt och strategier för att möta ungdomens behov
- Har fått ökad medvetenhet om hur de ska anpassa sitt föräldraskap till ungdomens behov
- Upplevde minskad oro inför ungdomens framtid
- Fler grupptillfällen önskades, för att få fördjupad kunskap om exempelvis kommunikation och motivation.



# Referenser

- Aspflo, U., & Dahlgren, S.-O. (2018). *Att arbeta med barn, ungdomar och vuxna med autism*. Trollhättan: Rfa utbildningscenter Autism.
- Bakk, A., Grunewald, K. (2004). *Omsorgsboken, En bok om människor med begåvningsmässiga funktionshinder, upplaga 4*. Stockholm: Liber.
- Gough, R. (2013). Anhörigas stöd till vuxna med funktionshinder (Rapport 2013:5). Nationellt kompetenscentrum anhöriga. [2013-5 anhorigas-stod-till-vuxna.pdf](#)
- Gullacksen, A-C. (1998). *När smärtan blir en del av livet: livsomställning vid kronisk sjukdom och funktionshinder*. Lund Universitet.
- Jönsson, A.-C (2012). *Stroke, patienters, närståendes och vårdares perspektiv*. Lund: Studentlitteratur.
- Mo, S., Bu, F., Bao, S., & Yu, Z. (2024). Comparison of effects of interventions to promote the mental health of parents of children with autism: A systematic review and network meta-analysis. *Clin Psychol Rev*. Dec;114:102508 <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2024.102508>
- Palmqvist, A., & Werner, L. (2017). *Stöd till anhöriga till vuxna med autism*. (FoU-rapport 2/2017) FoU-enheten, Habilitering och hjälpmedel Region Skåne, Forsknings- och utvecklingsenheten, Region Skåne [Stöd till anhöriga till vuxna med autism - En utvärdering av anhörigstöd på vuxenhabiliteringen](#)
- Sörngård, K.A. (2022). *Föräldraguiden vid autism och ADHD. Så vägleder du ditt barn från ung till vuxen*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Svedberg, L. (2016). *Gruppsykologi: Om grupper, organisationer och ledarskap*. Lund: Studentlitteratur.
- Winqvist, M. (2011:1) *Kunskapsöversikt. Nationellt kompetenscentrum för anhöriga, samtalets betydelse som anhörigstöd*. Kalmar: Lenanders Grafiska.



# Bilaga

## Utvärdering "Anhörigstöd för föräldrar i grupp"

Datum:

1. Har du fått ökad kunskap om samhällets stöd och service?

Ja [ ] Delvis [ ] Nej [ ]

Berätta:

.....

2. Var utbytet med de andra föräldrarna stöd för de funderingar ni har?

Ja [ ] Delvis [ ] Nej [ ]

Berätta:

.....

3. Har du fått ökad kunskap om din ungdoms funktionsnedsättning?

Ja [ ] Delvis [ ] Nej [ ]

Berätta:

.....

4. Fick du några strategier för att hantera din oro?

Ja [ ] Delvis [ ] Nej [ ]

Berätta:

.....

5. Har du ändrat ditt sätt att bemöta/förhålla dig till din ungdom?

Ja [ ] Delvis [ ] Nej [ ]

Berätta:

.....

6. Har du haft nytta av gruppverksamheten? På vilket sätt i så fall?

Ja [ ] Delvis [ ] Nej [ ]

Berätta:

.....

7. Vad tyckte du sammantaget om innehållet i gruppverksamheten? (Ringa in ett alternativ)

Dåligt      Ganska dåligt      Varken bra eller dåligt      Ganska bra      Bra

8. Är det något tema som du tycker var onödigt/saknat i gruppverksamheten?

Berätta:

.....







REGION  
KRONOBERG