



**FORTE:**

Forskningsrådet för  
hälsa, arbetsliv och välfärd

# STRATEGISK FORSKNINGS- AGENDA

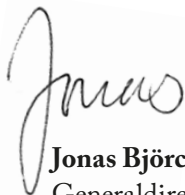
För det nationella forsknings-  
programmet om psykisk hälsa

KORTVERSION


# Förord

Det nationella programmet om psykisk hälsa är ett tioårigt forskningsprogram som drivs av Forte. Programmet är en del i den svenska regeringens satsning för att främja psykiskt välbefinnande och förebygga och behandla psykisk ohälsa genom forskning och innovation.

Programmet drivs utifrån en strategisk forskningsagenda som beskriver programmets vision, olika typer av mål och strategier. Den innehåller de prioriterade forskningsområden inom vilka programmet ska stödja forskning. Den här skriften är en kortversion av den strategiska agendan.




**Jonas Björck**  
Generaldirektör, Forte



**Lidija Kolouh**  
Programansvarig, Forte



Hela den strategiska  
forskningsagendan hittar  
du på [www.forte.se](http://www.forte.se)



# Varför behövs ett nationellt forskningsprogram om psykisk hälsa?

Psykisk ohälsa är ett av våra största samhällsproblem som får konsekvenser på många olika sätt. Den orsakar stort lidande i människors liv och påverkar hela samhället, både socialt och ekonomiskt. Arbetet med att främja psykiskt välbefinnande och förebygga och behandla psykisk ohälsa bedrivs på olika nivåer och arenor och kräver insatser från flera aktörer inom olika samhällssektorer. Dessa är bland annat hälso- och sjukvården, socialtjänsten, civilsamhället, myndigheter och forskare, men även andra aktörer är involverade såsom skola, arbetsplatser, enskilda individer och familjer. Psykisk hälsa är prioriterat inom folkhälsopolitiken i Sverige.

Forskning och evidensbaserad kunskap bidrar till samhällets förmåga att främja psykiskt välbefinnande och förebygga psykisk ohälsa vilket lägger grunden till morgondagens mer jämlika och socialt hållbara samhälle. Samtidigt visar utredningar att det finns stora kunskapsluckor om psykisk hälsa och att det behövs forskning för att förbättra kunskapsläget. Av denna anledning fick Forte i den forskningspolitiska propositionen 2020 uppdraget att inrätta och bedriva ett tioårigt nationellt forskningsprogram om psykisk hälsa. Forte har sedan tidigare ansvar för två nationella forskningsprogram om tillämpad välfärdsforskning samt arbetslivsforskning.

# Vad ska programmet uppnå?

## Vision

Programmets vision är en god, jämlik och jämställd psykisk hälsa i hela befolkningen.

Visionen knyter an till det övergripande folkhälsopolitiska målet som antagits av riksdagen och som syftar till att åstadkomma mer jämlika livsvillkor och därmed möjligheter för en jämlik hälsa. Det förutsätter ett gemensamt och tvärsektorielt samarbete mellan alla statliga, regionala och kommunala aktörer i Sverige.

Fortes övergripande vision är i linje med programmets genom att den forskning Forte finansierar i dag lägger den vetenskapliga grunden till morgondagens mer jämlika och socialt hållbara samhälle.

## Önskad utveckling

Forskningsprogrammet ska bidra till att utveckla samhällets insatser för psykisk hälsa. Det bidraget blir också en del i att uppnå den övergripande visionen. Här krävs dock att många aktörer arbetar tillsammans.

Den utveckling som behövs för att uppnå visionen har Forte sammanfattat i punkterna nedan.

### PROGRAMMETS VISION

En god, jämlik och jämställd psykisk hälsa i hela befolkningen

## Så uppnår vi visionen:

### • Stärkt och mer effektiv prevention

För att alla ska ha samma möjligheter till en god hälsa krävs det att vi i samhället får en stärkt och mer effektiv prevention och på så sätt minskar risken för uppkomst av psykisk ohälsa.

### • Mer effektiv och jämlik vård och behandling

Bemötande, vård och behandling ska ges på lika villkor till alla oavsett kön, ålder, bostadsort, funktionalitet, utbildning, social ställning, etnisk eller religiös tillhörighet eller sexuell läggning. De insatser och metoder som används för att behandla psykisk ohälsa ska ha vetenskaplig evidens och utvärderade effekter, så att vi vet att den behandling som ges faktiskt fungerar.

### • Mer sammanhållen och samordnad vård, stöd och behandling

Patientens samtliga vård- och omsorgsinsatser ska vara sammanhållna och samordnade. Kontinuitet, både för patient och medarbetare, är centralt i den här utvecklingen.

### • Mer kunskapsbaserad och effektiv policy

Den kunskap som forskningen genererar ska omsättas till praktisk nytta och komma till användning i form av samhällsutveckling, evidensbaserad politik och förvaltning.

## Kunskapsmål

För att nå den önskade utvecklingen behövs ett stärkt kunskapsläge och olika typer av interventioner på olika nivåer och arenor och det krävs insatser från flera aktörer inom olika samhällssektorer.

I detta komplexa arbete har Forte och andra forskningsfinansierare en viktig roll att identifiera och finansiera forskning som är relevant för samhällets utmaningar och behov av kunskap, samt att resultaten från den forskning vi finansierar ska komma till nytta och bidra till att hantera samhällsutmaningar.

Forte har formulerat tre kunskapsmål där det finns uttalade forskningsbehov. Dessa är:



**1** *Ökad förståelse om den psykiska hälsans och ohälsans utveckling i olika grupper*

**2** *Stärkt kunskap om effektiva metoder och insatser vid psykisk sjukdom och ohälsa*

**3** *Stärkt kunskap om effektiva främjande och förebyggande insatser på olika nivåer*

## Genomförandemål

För att nå kunskapsmålen har Forte identifierat tre genomförandemål. Dessa är:

- ✓ **Forskning med hög kvalitet och hög relevans finansieras och slutförs**  
Den forskning som programmet initierar och finansierar ska ha hög vetenskaplig kvalitet för att resultaten ska vara tillförlitliga, relevanta och användbara. Forskningen ska utgå ifrån identifierade och prioriterade kunskapsluckor och på så sätt bidra till att möta utmaningar och behov i samhället.
- ✓ **Forskningsresultaten når fram till relevanta aktörer och intressenter**  
Programmet ska bidra till att forskning och evidensbaserad kunskap når ut till relevanta aktörer och målgrupper så att den kommer till nytta.
- ✓ **Forskningsfältet utvecklas och stärks**  
Programmet ska aktivt bidra till kunskapsbyggandet i Sverige och världen.

Programmets arbete kommer genomgående kopplas till riksdagsbundna mål och strategier, så som målet för genomförandet av Agenda 2030 och de folkhälsopolitiska och jämställdhetspolitiska målen.

# Hur ska vi gå till väga?

## Strategier

För att uppnå programmets vision och de uppsatta genomförande- och kunskapsmålen kommer vi arbeta utifrån följande strategier:

- **Genomföra utlysningar av forskningsbidrag inom prioriterade områden**  
För att forskningen ska vara relevant för samhällets utmaningar ska utlysningarna ha tydliga mål och inriktningar. Utlysningarna ska utgå från prioriterade forskningsområden samt identifierade forskningsbehov och kunskapsluckor. Bidragsformerna och villkoren i utlysningarna ska formuleras så att de främjar programmets genomförandemål samt ha ett särskilt fokus på samverkan, nyttiggörande och tvärvetenskap.
- **Genomföra aktiviteter och åtgärder som främjar strategisk samverkan mellan intressenter**  
Programmet ska stimulera dialog, samverkan och kunskaps- och erfarenhetsutbyte mellan forskare och andra samhällsaktörer. Detta kan ske genom gemensamma utlysningar med andra aktörer eller genom medverkan i nätverk med andra nationella, regionala och lokala aktörer.
- **Genomföra aktiviteter för att samla och sprida forskningen från programmet**  
För att bidra till att evidensbaserad kunskap når ut i samhället kommer programmet arbeta aktivt och integrerat med kommunikation.
- **Genomföra aktiviteter som främjar internationella samarbeten och utbyten**  
Programmet ska vara en aktiv aktör i det globala kunskapsbyggandet genom samarbete med internationella forskningsprogram och de europeiska forskningsprogrammen.
- **Vidta åtgärder för att stimulera tvärvetenskaplig forskning och innovation**  
Många samhällsutmaningar är komplexa och människors hälsa, arbete och välfärd är sammanflätade och påverkas av förhållandena i olika samhällssektorer. Den forskning som finansieras ska ha en tvärvetenskaplig och tvärssektoriell ansats, och vara praktik- och klientnära när så är relevant.
- **Kontinuerligt följa upp och utvärdera resultaten av de satsningar och den forskning som genomförs inom programmet**  
Inom programmet kommer vi följa upp den forskning vi finansierar genom att besöka olika lärosäten samt skapa nätverksträffar för forskarna och andra aktörer.

## Samverkan och nyttiggörande

Samverkan och nyttiggörande löper genom hela programmet - från vision, mål och strategier till det dagliga arbetet i verksamheten.

Forte har ett särskilt uppdrag att säkerställa att den forskning som myndigheten finansierar kommer verksamheter och människor till nytta. Nyttiggörande kan ske genom att forskningen bidrar till att kunskapsluckor som hindrar samhällsutveckling undanröjs. Beroende på kunskapsläget kan det handla om såväl beskrivande som hypotesdriven, problemlösande eller utvärderande forskning. Nyttiggörande kan också handla om att ny kunskap omsätts i praktiken i form av nya arbetssätt eller metoder eller får genomslag i form av politiska styrmedel eller förvaltningsmodeller.

Genom att forskningen utgår ifrån identifierade och prioriterade kunskapsluckor kan den bidra till att möta samhällsutmaningar och behov i samhället, och på så sätt komma befolkningen till nytta. Ett annat sätt är att

utlysningarna har nyttiggörande och samverkan som bedömningskriterium, men Forte kan även uppmanra att forskningsresultat kommer till nytta via val av bidragsformer.

Samverkan mellan intressenter behövs...

...både i forskningen, i programmets arbete och i systemet i stort om kunskapen ska omsättas till praktisk nytta.

Programmet ska även utgöra en brygga mellan forskning, politik och praktik vilket vi gör genom att kommunicera resultat och insikter från den forskning vi finansierar, men också genom att stimulera dialog, samverkan och kunskaps- och erfarenhetsutbyte mellan forskare och andra samhällsaktörer.

Med integrerad och målgruppsanpassad kommunikation kan programmet bidra till att den forskning som finansieras når relevanta mottagar- och målgrupper. På så sätt skapas förutsättningar för att forskning och evidensbaserad kunskap kan komma till faktisk nytta.

# Vilka är programmets prioriterade forskningsområden?

Programmet har fyra prioriterade forskningsområden:

**Forskning om den psykiska hälsans och ohälsans orsaker, mekanismer och utveckling**

**Forskning om främjande, förebyggande och tidiga insatser för psykisk hälsa**

**Forskning om välfärdssystemets organisation och struktur relaterat till psykisk hälsa**

**Praktisk forskning om effektiva insatser, metoder och behandlingar vid psykisk ohälsa och psykiatriska tillstånd**

## **Forskning om den psykiska hälsans och ohälsans orsaker, mekanismer och utveckling**

Detta forskningsområde innefattar forskning om den psykiska hälsans och ohälsans orsaker, mekanismer och utveckling i alla åldrar, men även bland specifika grupper. Ojämlighet i villkor och möjligheter samt risk- och skyddsfaktorer kopplat till psykisk hälsa är teman som ingår i området.

### **Inom det här området ingår bland annat forskning om:**

- begrepp och mätinstrument för psykiskt välbefinnande och psykisk ohälsa
- den psykiska hälsans och ohälsans orsaker, mekanismer och utveckling
- risk- och skyddsfaktorer kopplat bland annat till arbetsmiljö, digitala medier, utomhusmiljö och stadsmiljö
- orsaker till att förekomst av psykisk ohälsa minskar eller ökar
- livsloppsperspektiv och helhetsperspektiv på psykisk hälsa och ohälsa
- psykisk hälsa och ohälsa bland olika minoritetsgrupper, till exempel hbtqi+
- gråzonen mellan psykiska besvär och psykiatriska tillstånd
- ojämlikhet i villkor och möjligheter kopplat till psykisk hälsa och ohälsa
- faktorer som påverkar risker för psykiatriska tillstånd och suicid.

### **Forskning om främjande, förebyggande och tidiga insatser för psykisk hälsa**

Detta forskningsområde innefattar forskning om främjande, förebyggande, och tidiga insatser för psykisk hälsa. Området rör sig över ett bredare fält där olika åldrar, grupper, insatser och problematik ingår, men som har ett främjande och förebyggande fokus gemensamt.

#### **Inom det här området ingår bland annat forskning om:**

- främjande, förebyggande och tidiga insatser relaterat till alla åldrar och grupper
- metoder att främja psykiskt välbefinnande
- effektstudier av tidiga insatser kopplat till psykisk hälsa
- insatser vid stressrelaterad psykisk ohälsa och utmattningssyndrom och om effektiva metoder för att stödja individen i sjukskrivningsprocessen
- familjer som skydds- och riskfaktor och olika former av föräldrastödsprogram
- långtidseffekter av arbetsmiljöinsatser kopplat till psykiatriska tillstånd och suicid
- suicidprevention
- anhörigstöd.

### **Forskning om välfärdssystemets organisation och struktur relaterat till psykisk hälsa**

Detta forskningsområde innefattar forskning som relaterar till en viss kontext inom välfärdssektorn, såsom skola, elevhälsa, vårdkedjan, barn- och ungdomspsykiatri, men även ändamålsenlig kompetensförsörjning inom de psykiska vårdtjänsterna. Den gemensamma nämnaren är frågor som rör organisation och struktur inom välfärdssektorn och dess effekter på den psykiska hälsan.

#### **I det här området ingår bland annat forskning om:**

- effektstudier av insatser som ska förebygga psykisk ohälsa bland barn och unga i skolan
- barn- och ungdomspsykiatrins (BUP:s) organisering och förutsättningar
- elevhälsans organisering och förutsättningar
- främjande och förebyggande insatser kopplat till arbetsmiljö inom skola, socialtjänst och vårdsektor (inom de psykiska vårdtjänsterna)
- förutsättningar för ändamålsenlig kompetensförsörjning inom de psykiska vårdtjänsterna
- vårdkedjan och dess organisation, till exempel stegvis vård och första linjens samverkan med den specialiserade vården
- individinriktade insatser, exempelvis i primärvården, socialtjänsten eller företagshälsovården.

### **Praktiknära forskning om effektiva insatser, metoder och behandlingar vid psykisk ohälsa och psykiatriska tillstånd**

Detta forskningsområde innefattar praktiknära forskning om effektiva insatser, metoder och behandlingar vid psykisk ohälsa.

#### **I det här området ingår bland annat forskning om:**

- effektiva insatser, utveckling av metoder och behandlingar vid psykisk ohälsa
- överdödlighet hos individer med psykiatriska sjukdomar
- hur evidensbaserade metoder kan omsättas i praktiken
- samordnade insatser för personer med svår psykiatrisk problematik, till exempel i form av samsjuklighet i missbruk och psykiatriska tillstånd, annan psykisk diagnos eller närliggande tillstånd
- översyn av kvalitet och metoder av digital vård
- effektiva behandlingsmetoder för stressrelaterad psykisk ohälsa.

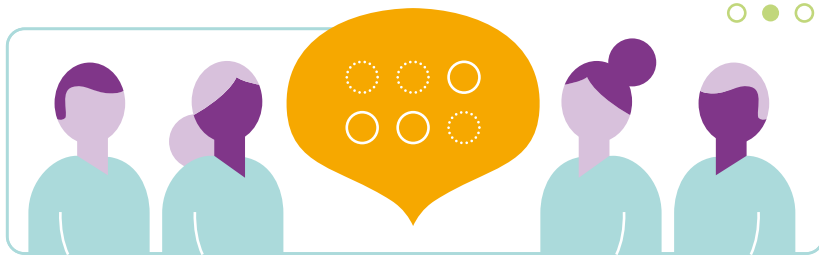


# Hur har forskningsområdena valts ut?

I den forskningspolitiska propositionen ([2020/21:60](#)) pekar regeringen ut ett antal forskningsområden som programmet ska inkludera. För att bredda bilden kring vilka kunskapsluckor och forskningsbehov som finns inom området, och ytterligare synliggöra vad programmet bör fokusera på, har Forte använt olika metoder för att samla in information.

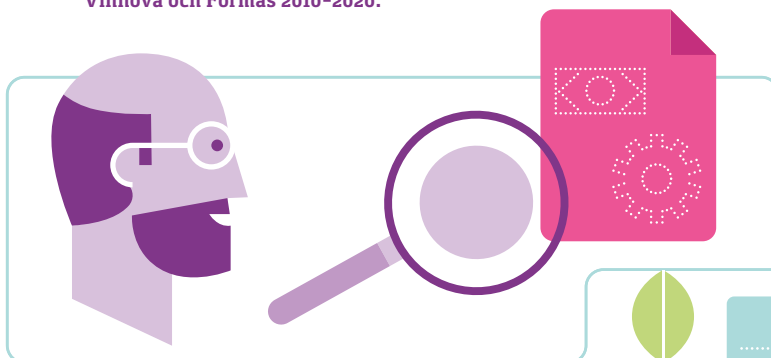
## Dialogmöten med berörda aktörer

Forte bjöd in civilsamhällesorganisationer, myndigheter och professioner inom vårdsektorn och forskarsamhället till dialogmöten. Totalt deltog 146 personer



## Forskningsprojekt 2010-2020

Forte genomförde en kartläggning av alla forskningsprojekt på området som finansierats av Forte, Vetenskapsrådet, Vinnova och Formas 2010-2020.

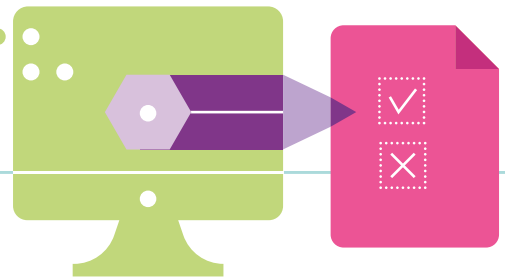


## Nationella strategin om psykisk hälsa och suicidprevention

Forte sammanställde de kunskaps- och forskningsbehov som lyfts i de analyser som 24 myndigheter och 48 civilsamhällesorganisationer bidragit med i arbetet med den nya strategin om psykisk hälsa och suicidprevention som Socialstyrelsen och Folkhälsomyndigheten ansvarar för. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/nationell-strategi>

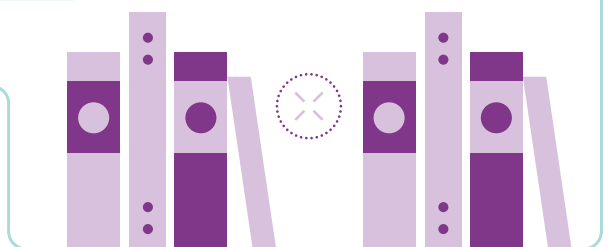
## Rådgivande grupper

I dialog med referensgrupp och programkommitté har den samlade kunskapen använts för att ta fram de prioriterade forskningsområdena.



## Öppen konsultation på Fortes webbplats

Forte öppnade en webbenkät allmänheten som besvarades av 99 personer.



## Rapporter 2015-2021

Forte sammanställde kunskapsluckor från tidigare populärvetenskapliga rapporter och forskningsöversikter publicerade av Forte under perioden 2015-2021.



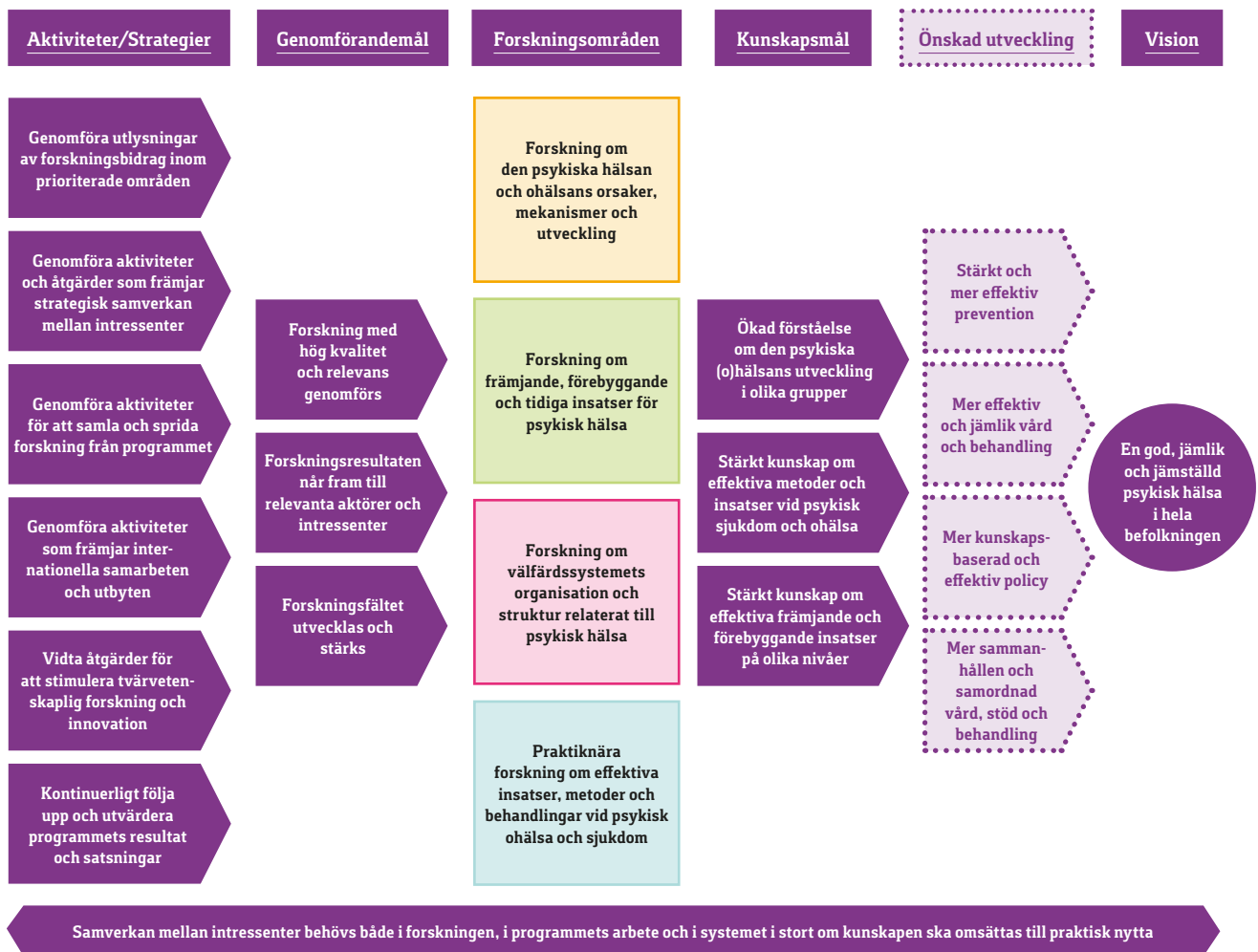
## Rapporter med en internationell utblick

Forte har dragit lärdom av resultatet från en rapport som Vinnova tagit fram som kartlägger forskningsområdet ur ett internationellt perspektiv. <https://www.vinnova.se/contentassets/7648bf20ce84a92adb449ce-6b6e7e14/20211203-mental-health-cwrts-report.pdf>

# Programmodell

Programmets vision, mål och strategier för genomförandet åskådliggörs i flödesmodellen nedan (se figur 1). Modellen ska inte läsas som en fullständig förklaring av hur forskningen kan bidra till önskad samhällsutveckling utan som en illustration av hur Forte har tolkat uppdraget och omsatt det i mål på olika nivåer med strategier för genomförandet. I takt med att lärande sker kan modellen behöva revideras.

Figur 1. Programmodell för det nationella programmet om psykisk hälsa

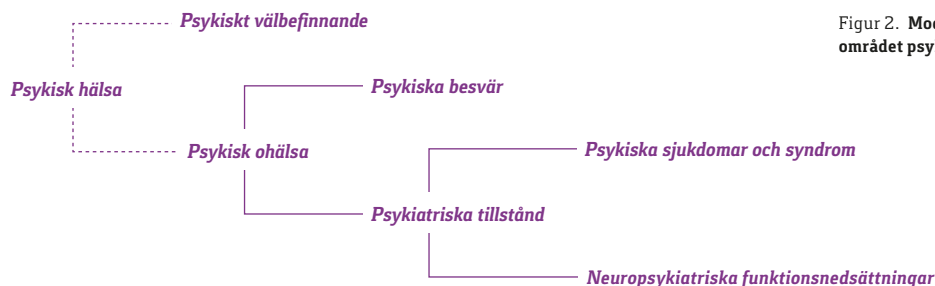


# Vad är psykisk hälsa?

Världshälsoorganisationen definierar psykisk hälsa som ett tillstånd av psykiskt välbefinnande där varje individ kan förverkliga sina egna möjligheter, klara av vanliga påfrestningar, arbeta produktivt och bidra till det samhälle som hen lever i.

Socialstyrelsen, Folkhälsomyndigheten, Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU) samt Sveriges Kommuner och Regioner publicerade 2020 en begreppsmodell med syfte att bidra till en mer enhetlig användning av de centrala begrepp som används inom området psykisk hälsa (se figur 2). Modellen synliggör områdets bredd och innehåller en rad principer för hur begreppen bör användas och kommer med största sannolikhet att utvecklas och preciseras med tiden (Socialstyrelsen m.fl., 2020). Forte utgår från denna begreppsmodell i vårt arbete med psykisk hälsa.





Figur 2. Modell för att beskriva hur begrepp inom området psykisk hälsa förhåller sig till varandra

## Psykisk hälsa

Psykisk hälsa är ett samlingsbegrepp som omfattar samtliga aspekter av psykiskt välbefinnande och psykisk ohälsa. Dessa är inte varandras motsatser utan kan samexistera i en och samma person.

### Psykisk ohälsa

Psykisk ohälsa är ett samlingsbegrepp för tillstånd med olika svårighetsgrad och varaktighet. Hit hör både psykiska besvär och psykiatriska tillstånd. Gemensamt är att båda orsakar lidande, antingen för individen själv eller för omgivningen.

Psykisk ohälsa är ofta förenat med svårigheter att fungera i vardagslivet, till exempel i relation till andra människor eller att arbeta eller studera. Dessa svårigheter kan se väldigt olika ut beroende på individuella egenskaper, det sociala sammanhanget och vilken typ av psykisk ohälsa det handlar om.

Psykiska besvär har vanligen mindre påverkan på vårt sätt att fungera än psykiatriska tillstånd.

### Psykiskt välbefinnande

Psykiskt välbefinnande avser den positiva dimensionen av psykisk hälsa och kännetecknas av att kunna balansera positiva och negativa känslor, att känna tillfredställelse med livet, att känna mening med livet, ha goda sociala relationer, engagemang, och att utveckla och uppnå sin potential. Det handlar även om att kunna känna njutning, lust och glädje. Psykiskt välbefinnande är inte detsamma som frånvaro av psykisk ohälsa.

### Psykiatriska tillstånd

Psykiatriska tillstånd är mer komplexa besvär som uppfyller kraven för en psykiatrisk diagnos, oavsett om diagnosen fastställts och registrerats av hälso- och sjukvården eller inte. För att en diagnos ska kunna ställas måste flera olika symptom föreligga och symtomen ska ha funnits under en längre sammanhängande tid. Även funktionsförmågan ska vara nedsatt. Psykiatriska tillstånd delas in i psykiska sjukdomar och syndrom samt neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

### Psykiska besvär

Psykiska besvär kan uttryckas som exempelvis nedstämdhet, oro eller sömnbesvär. Även kroppsliga besvär kan förekomma såsom huvudvärk, magont eller yrsel. Psykiska besvär är vanligt förekommande i befolkningen och är något alla känner av från tid till annan. Ofta handlar det om normala reaktioner på påfrestningar i livet. Psykiska besvär som uppstår till följd av vanliga påfrestningar är ofta övergående och lättar när situationen har förändrats, eller när vi själva har anpassat oss. Psykiska besvär kan i vissa fall leda till att en individ utvecklar psykiatriska tillstånd.

### Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar

Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar debuterar i barndomen och kvarstår oftast i vuxen ålder. Exempel på neuropsykiatriska funktionsnedsättningar är adhd och autismspektrumsvårigheter. Individer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar löper större risk än andra att också utveckla psykiska sjukdomar eller syndrom, uppleva ihållande och svåra psykiska besvär eller nedsatt psykiskt välbefinnande. Samtidigt kan personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, precis som personer med andra psykiatriska tillstånd, också känna att de generellt mår bra, uppleva välbefinnande och ha förmåga att klara av vardagsaktiviteter.

### Psykiska sjukdomar och syndrom

Psykiska sjukdomar och syndrom är besvär som kan debutera när som helst under livet. Det kan handla om depression, ångestsyndrom, utmattningssyndrom, skadligt bruk och beroende av alkohol eller droger. Andra exempel är bipolär sjukdom och psykossjukdomar.

### Självskadegörande, suicidförsök och suicid

Psykisk ohälsa är en riskfaktor för självskadegörande, suicidförsök och suicid. Bakgrunden till suicid är komplex och ofta ligger flera samverkande faktorer bakom dödsfallet. Det beskrivs ofta att suicid är en konsekvens av ett outhärdligt lidande, som i sin tur kan orsakas av exempelvis ett psykiatriskt tillstånd, fysisk sjukdom eller svåra livshändelser.



ISBN 978-91-88561-50-3

Forte - Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd

Box 38084, 100 64 Stockholm

Telefon: 08-775 40 70, e-post: [forte@forte.se](mailto:forte@forte.se)

[www.forte.se](http://www.forte.se)