

## Första Linjen - mottagning för barn och ungas psykiska hälsa

Mår du dåligt och vill ha någon att prata  
med?

Eller är du som förälder orolig för ditt  
barn?

Välkommen till Första linjen. Här kan du  
som är mellan 6 och 17 år och  
dina föräldrar få råd och hjälp om du:

- Är mer ledsen än vanligt
- Har svårt att hantera stress och oro
- Har svårt att hantera ilska och  
aggressioner
- Drabbats av dödsfall eller kris nära dig
- Har mer konflikter än vanligt

### Vi som arbetar på Första Linjen

Vi har bred kompetens när det gäller  
barn och ungas psykiska hälsa.  
På Första linjen får du hjälp  
av behandlare från både sjukvård och  
socialtjänst.

Första linjen

Fortunagatan 1

62139 Visby

Telefonrådgivning 0498-268086

Telefontid:

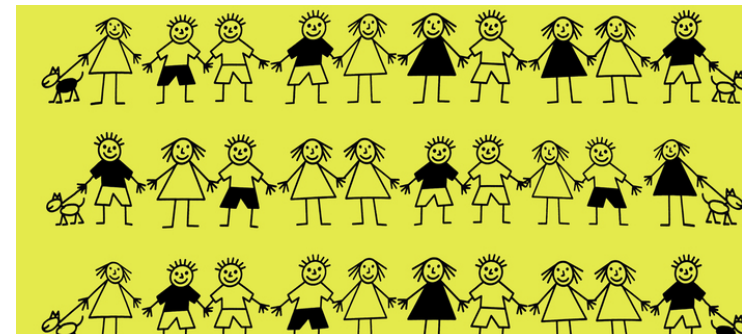
Måndag, Onsdag ,Fredag 08.00-10.00

Tisdag, Torsdag 13.00-15.00

Övrig tid: Lämna ett meddelade på telefon-  
svararen, så återkommer vi vid nästa mottag-  
ningstid



# Första Linjen- Mottagning för barn och ungas psykiska hälsa.



**Besöksadress** Visborgsallén 19  
**Postadress** SE-621 81 Visby  
**Telefon** 0498-26 90 00  
**E-post** [regiongotland@gotland.se](mailto:regiongotland@gotland.se)  
**Webbplats** [www.gotland.se](http://www.gotland.se)



### **Vad händer när ni kommer till oss?**

Inför det första besöket kommer förälder och barn över 11 år att bli ombedda att fylla i ett skattningsformulär som hjälper oss att bedöma behandlingsbehovet.

### **Ett arbete tillsammans**

För att vi ska kunna hjälpa dig på bästa sätt behöver du komma regelbundet på de tider som vi kommer överens om.

Vi erbjuder samtaltider under kontorstid mellan kl. 08.00-16.30.

Torsdagar öppet 10.30-19.00. Det innebär att du ibland kommer att behöva prioritera behandlingen framför skola/arbete.

### **Gemensam bild av din situation-**

Första 1–2 besöken hos oss är bedömningssamtal där vi försöker få en så god bild som möjligt av din situation och dina behov. Det innebär att fortsatt samtalsbehandling beslutas först när dessa besök genomförts.

I vissa fall behöver vi hänvisa dig vidare till annan slags vård eller insatser.

### **Gruppbehandling**

Vid första linjen är ofta gruppbehandling det vi i första hand erbjuder. Detta kan gälla för föräldrar som önskar stöd eller barn och unga med oro, ångest, stressrelaterade problem eller andra psykiska besvär lämpliga för gruppbehandling. Skälet till detta är att behandling i grupp visat på mycket goda resultat.

### **Korttidsterapi**

Om samtalsbehandling påbörjas erbjuder vi dig upp till 5 samtal. Därefter tar vi ställning till om kontakten ska fortsätta eller avslutas. Notera att sena återbud och uteblivna besök räknas in i dessa samtal.

För att skapa en förändring krävs engagemang och träning hemma och i vardagsmiljön. Du kommer därför att behöva arbeta aktivt med de uppgifter som du och din behandlare kommer överens om.

### **Återbud**

Lämnas minst 24 timmar innan besöket, gärna tidigare om det är möjligt.

Du avbokar på telefon 0498-268086.

Vid avbokning behöver du ange om du önskar ny tid. Detta sker enklast via röstbrevlåda samtidigt som du lämnar återbud. Annars måste du själv ta kontakt med oss igen.

### **Uteblivet besök**

Observera att vid upprepade uteblivna besök kommer behandlingen att avslutas. Du får därefter själv söka hjälp hos oss på nytt.

Besök gärna:

<https://www.gotland.se/forstalinjen>