

Generasjonsoverskridende relasjoner som helsefremmende tiltak

NaKuHel Asker
26.04.18
Ellen Dahl Gundersen
Førstelektor, Universitetet i Agder



Det som var vanlig før
må nå bli tiltak
innen helse- og omsorgstjenestene...



Kultur, aktivitet og trivsel

St.meld. nr.25 (2005-2006)

Det offentlige plikter ved lov å gi personer med behov for omsorgstjenester sosiale tiltak som bidrar til en mest mulig **aktiv og meningsfylt tilværelse i fellesskap med andre** (s19).



26.04.18_EDG

Aktiv aldring

[Meld. St. 19 \(2014-2015\). Folkehelsemeldingen — Mestring og muligheter](#)

- Aktive eldre
- Solidaritet mellom generasjonene
- Velferdsteknologi
- Forskning- og utvikling



26.04.18_EDG

Alderssegregering - sosial integrering

- Adskillelse av mennesker i ulike livsfaser
 - Institusjonelt
 - Fysisk
 - Kulturelt



→ Skape møteplasser, reetablere sosiale nettverk

Hagestad, G.O. & Uhlenberg, P. (2005). The Social Separation of Old and Young: A Root of Ageism. Journal of Social Issues, Vol. 61, No. 2, s. 343-360

26.04.18_EDG

Generasjonsoverskridende programmer

- Føre sammen eldre og unge i planlagte aktiviteter som gir gjensidig utbytte
 - økt samarbeid, samhandling, utveksling av kunnskap, ferdigheter og erfaringer.
- Enten er ene generasjonen på besøk hos den andre, eller så har begge generasjonene tilhold på samme sted.



26.04.18_EDG

Forskning viser at samvær på tvers av generasjoner kan være gjensidig positivt



26.04.18_EDG

Litteraturgjennomgang

Fordeler for deltakerne

- fysisk, sosial og kognitiv stimulering
- opplevelse av nytte, mening, velvære og selvfølelse
- endrede holdninger overfor annen generasjon

Utfordringer for deltakerne

- sprikende behov, evner og interesser
- eldres helse

Fordeler for lokalsamfunnet

- sosial kapital
- bidrag til miljø og tjenester



26.04.18_EDG

Helsefremmende arbeid

Både aktivitetene i seg selv
og
måten de gjennomføres på
har helsekonsekvenser.



26.04.18_EDG

Helsefremmende arbeid

*"Health is created and lived by people within **the settings of their everyday life**; where they learn, work, play and love. Health is created by caring for oneself and others, by being able to take decisions and **have control** over one's life circumstances, and by ensuring that the society one lives in **creates conditions** that allow the attainment of health by all its members".*

The Ottawa Charter for Health Promotion (WHO,1986)

<http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>

26.04.18_EDG

Empowerment

- Bemyndigelse, myndiggjøring
 - Kan være både *mål* og en måte å jobbe på (*metode, strategi, prosess*)
<http://www.forebygging.no/Ordbok/A-E/Empowerment/>
 - Maktoverføring
 - Ansvarliggjøring
 - Tilrettelegge omgivelser
 - Mobilisering av ressurser
 - Informasjon
 - Kritisk bevissthet
- ➔ Kontroll og mestring (fysisk, kognitivt, emosjonelt)

26.04.18_EDG

Patogenese

Salutogenese

«genesis» – opprinnelse

- «patos» – smerte / sykdom
- Hva gjør oss syke?
- Helse som fravær av sykdom
- Fokus på risikofaktorer, årsaker og diagnose
- Forebygging og behandling på individ og befolkningsnivå

- «salus» – helse
- Hva skaper helse?
- Helse som et kontinuum (H- / H+)
- Fokus på helse som en ressurs for mestring, velvære, livskvalitet
- Helsefremming i lokale settinger

26.04.18_EDG

Sense of coherence (SOC) - Opplevelse av sammenheng (OAS)

Aron Antonovsky (1923-1994)

Begripelighet – Håndterbarhet - Meningsfullhet

Viktige faktorer for utvikling og opprettholdelse av SOC over tid

- Indre følelser
 - Sosiale relasjoner
 - Meningsfylte aktiviteter
 - Eksistensielle tanker
- Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid (2016). Salutogenese. Hentet 08.08.17 fra <https://www.napha.no/content/13887/Salutogenese>
 - Tellnes, G. (2007). Salutogenese – hva er det? *Michael*, 4: s144–149. Hentet 07.07.16 fra http://dnms.no/index.php?seks_id=84169&a=1

26.04.18_EDG

Helsefremmende arbeid:

Tilrettelegge for **mestringsopplevelser**
gjennom **passende utfordringer**
som balanserer den enkeltes **ressurser**
og som oppleves
begripelige, håndterbare og meningsfulle

26.04.18_EDG

“Sangtunet” som sosial møteplass mellom generasjoner

Helsefremmende arbeid overfor eldre.
Et intervensjonsprosjekt med fokus på Eldres livskvalitet relatert til samvær og sang med barn



26.04.18_EDG

Evalueringsstudie av generasjonsoverskridende program

(Gundersen & Slettebø, 2016)

Hensikt

Identifisere medvirkende faktorer til opprettholdelsen av et bærekraftig generasjonsoverskridende program, bestående av månedlige samlinger for eldre og barn i perioden 2007-2011.

Metode

Fokusgruppeintervju (2011) med ansatte og frivillige som hadde vært involvert siden primærprosjekt høsten 2006.



Funn

- Opplevelse av nytte og mening ved å bidra
- Tilrettelegging og støtte fra omgivelsene (ledelse, andre ansatte, frivillige)
- Godt samarbeid og stabilitet i ansvarsgruppen
- Balansering mellom forutsigbarhet og fleksibilitet i programmet

26.04.18_EDG

«Sånn var det i gamle dager»



26.04.18_EDG

Min overbevisning:

Generasjonsoverskridende tiltak som vektlegger *salutogenese* og *empowerment* kan ha en helsefremmende innvirkning på deltakerne.

26.04.18_EDG

Referanser til prosjektene

- Nordvang, E. (2007). *"Sangtunet som sosial møteplass mellom generasjoner. Med fokus på eldres livskvalitet relatert til samvær og sang med barn.* Høgskolen i Vestfold. Rapport 5/2007
<http://www.songdalen.no/archive/Internett/Undervisningssykehjem/Rapport%20masteroppgave%20Ellen%20Nordvang%202007.pdf>
- Gundersen, E.D. & Slettebø, Å. (2016). Evaluering av et generasjonsoverskridende program med helsefremmende forankring. Hvilke faktorer har bidratt til programmets vedvarende eksistens? *Nordisk Sygeplejeforskning*, nr 1, s 6-19