

## Sundhedspædagogik

### Temadag forebyggende hjemmebesøg

d.10. maj 2010

Alex de Vries  
Lektor og Master i sundhedspædagogik  
Fysioterapeutuddannelsen PH Metropol  
alvr@phmetropol.dk

## Formål

- At skærpe forskellige perspektiver
  - Din egen
  - Din kollega
  - Din borger, patient
  - Din kommune, politiker m.fl.
- At præsentere muligheder for at sætte din sundhedsviden (ekspertviden) i spil i forhold til praksis, borger, patient mm.

Alex de Vries

2

## Bliver viden til handling?



Alex de Vries

3

## Sundhedspædagogikkens overordnede mål, indhold og proces

- At skabe forandring og forbedring inden for det sundhedsmæssige område
- Disse forandringer skabes via handlinger, hvori den pågældende målgruppe deltager aktivt og med egne visioner og forslag
- Målgruppens handlinger iværksættes p.b.a. deres handlekompetence
- Målgruppens handlekompetence udvikles og kvalificeres p.b.a. en dialog med en professionel

Alex de Vries

4

## Sundhedsformidling

Formål: At påvirke sundhedstilstanden vha. kommunikation

**til** målgruppen

Sundhedsoplysning

**med** målgruppen

Sundhedspædagogik

Alex de Vries

5

## Sundhedsoplysning

Aktør/ekspert  
Standardproblem (bestemt budskab)  
Standardløsning (præfabrikeret)  
Envejskommunikation  
Målgruppen er objektivt bearbejdet (passiv)



Alex de Vries

6

### Sundhedspædagogik

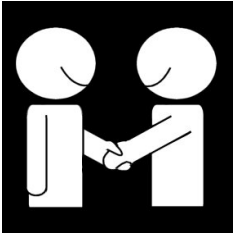
Aktør/målgruppen

Egne problemer (problemorienteret budskab)

Udformer løsninger med ekspert (deltagerstyret)

Handlingsorienteret (fx projekter, netværk)

Målgruppen er subjektivt handlende (aktiv)

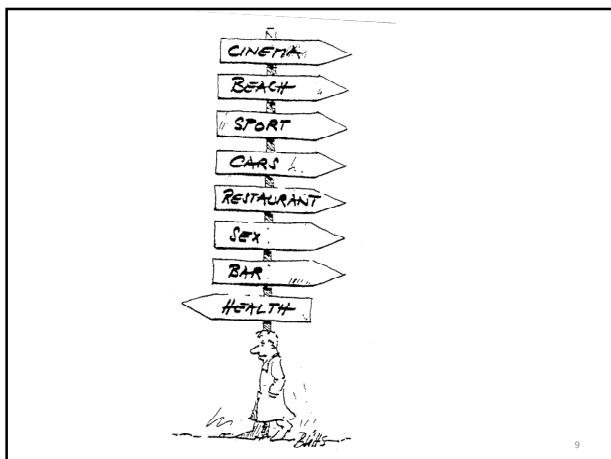


Alex de Vries 7

### Aktørernes handlinger styres af:

- Værdigrundlag og holdninger
- Sundhedsbegreb (sundhedsforståelse)
- Erfaringer
- Påvirkning af medierne
- Etc.

Alex de Vries 8



### To paradigmer

Moraliserende Sundhedsformidling	Demokratisk Sundhedspædagogik
<i>Sundhedsbegreb</i>	
Adfærd/Livsstil Sygdom Sundhed er et lukket begreb	Levevilkår og livsstil Livskvalitet og fravær af sygdom Sundhed et åbent begreb
<i>Pædagogisk tilgang</i>	
Mål: adfærdsændringer Moraliserende	Mål: øge handlekraft Målgruppe-medbestemmelse
<i>Evaluering</i>	
Måling af adfærd	"Måling" af handlekompetence

Alex de Vries 10

### Dynamisk sundhedsbegreb

- Hvad er din opfattelse af sundhed når du står overfor en bruger/patient?
- Hvad er borgerens/patientens opfattelse af sundhed?
- Hvordan kan du så arbejde med borgeren om sundhed?

Alex de Vries 11

### Hvordan kan du bidrage som sundhedsprofessionel?




Alex de Vries 12

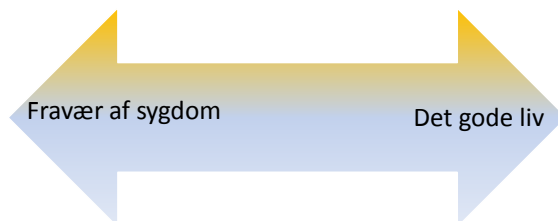
### Hvordan kan du bidrage som sundhedsprofessionel?



Alex de Vries

13

### Sundhed på et kontinuum



Alex de Vries

14

### Sundhed

- Forskellige synsvinkler
- Udvikling internationalt og nationalt
- Oversættelse fra fx engelsk til dansk
- Nordiske lande har tradition for at inddrage levekår
- Solidarisk finansieringsmodel
- Patientforeninger og andre politiske/journalistiske tiltag

Alex de Vries

15

### Udviklingstendens

- Sundhed tænkes mere og mere som et bredt begreb, hvor krop og psyke hænger sammen og hvor det enkelte menneskes sundhed udformes i et dynamisk sammenspil mellem arv, livsstil, levekår og sundhedsvæsenets indsats.

Alex de Vries

16

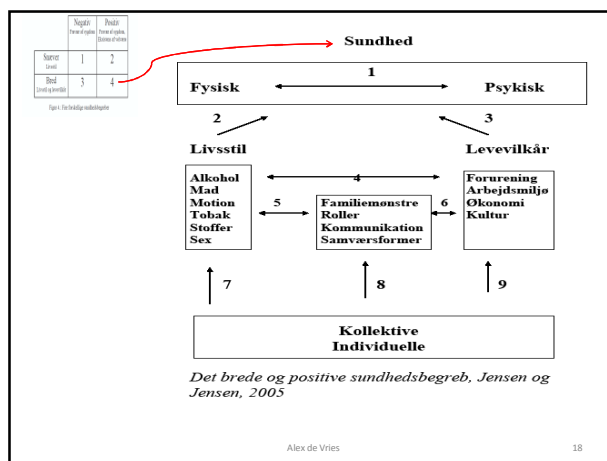
### Sundhed

	Negativ Fravær af sygdom	Positiv Fravær af sygdom, Eksistens af velvære
Snæver Livsstil	1	2
Bred Livsstil og levevilkår	3	4

Figur 4: Fire forskellige sundhedsbegreber

Alex de Vries

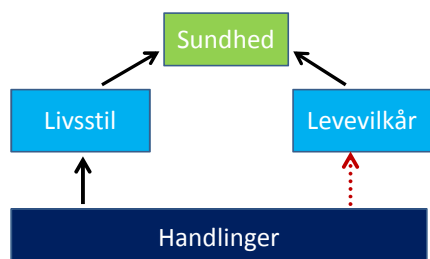
17



Alex de Vries

18

## Pædagogisk apparatfejlmmodel



Alex de Vries

19

## Hvad forstår vi ved adfærd, vaner og handling?

- **Adfærd:** Det vi gør, både det viljebestemte og det vanemæssige.
- **Handling:** En intentionel bevidsthedsakt, som foregår pba. en refleksion. Den har et motiv og et mål. Fx behov for forandring – at ændre en given situation til det bedre.
- **Vanen:** Det vi foretager os uden nærmere refleksion. Ofte styret af forhold vi ikke er os bevidste. Sociale orienteringsformer.

Alex de Vries

20

## Hvad er forskellen på at adfærdspåvirke og at støtte udvikling af handlekompetence?

- **Adfærdspåvirkning** søger at få mennesker til at ændre adfærd ved at lokke eller komme med påbud/moraler.
- I opbyggelsen af **handlekompetence** søger man at **opbygge** menneskers **evne** til at tage sunde og bevidste valg.

Alex de Vries

21

## Handlekompetence

### Operationalisering af begrebet handlekompetence:

1. **Viden og indsigt:** En bred/handlingsrettet forståelse af sundhed, herunder indsigt i forandringsstrategier.
2. **Engagement:** Lyst til at involvere sig i forandringsprocesser i et dynamisk samfund.
3. **Visioner:** Evne til at kunne "gå bag om" og tænke kreativt.
4. **Handleerfaringer:** Med at indgå individuelt/kollektivt forandrende i demokratiske processer og overveje, hvorledes barriererne overvindes.
5. **Kritisk sans:** Evne til at forholde sig kritisk, drage egne konklusioner og tage beslutninger

**Almene færdigheder:** Selvtillid, selvværd, samarbejdsevne, formuleringsevne, kritisk sans.

Alex de Vries

22

## Handle-begrebet

### Handling – hvad drejer det sig om?

- Målgruppen involveret i at beslutte
- Fokus på forandring

### Handling – hvorfor er det så vigtigt?

- Skaber forandring (livsstil og levevilkår)
- Effektmæssige grunde – bidrager til ejerskab

Alex de Vries

23

## 4 forskellige kategorier af handling som udgangspunkt for udvikling af strategi

	Direkte handlinger	Indirekte handlinger
Individuelle	1	2
Fælles	3	4

Alex de Vries

24

## Involvering/deltagelse

### Deltagelse – hvad handler det om?

- Målgruppen involveres i beslutninger om indhold, proces og mål

### Deltagelse – hvorfor er det så vigtigt?

- Ethiske grunde
- Effektmæssige grunde – bidrager til ejerskab
- WHO's definition "kræver medbestemmelse"

Alex de Vries

25

## Deltagelse i forhold til hvad? og hvordan?

	Med i projektet?	Undersøge analysere	Vision og mål	Handling evaluering
Deltagere foreslår fælles beslutninger				
Deltagere foreslår Deltagere beslutter				
Facilitator foreslår Fælles beslutninger				
Eksterne krav Ingen fælles beslutning				

Alex de Vries

26

Opgaver i rehab. →	Undersøgelse og problemdefinition	Mål og delmål	Behandlingsindhold og tilrettelæggelse	Behandlingsophør øvr værd udskrivning	Opfølgende indsats	Evaluering
Deltagelse og Beslutninger ↓						
Patient initiativ Patient beslutninger						
Patient initiativ Fælles beslutninger						
Profess. initiativ Fælles beslutninger						
Profess. informerer Patient accepterer						
Patient inddrages bevidst ikke						

Tabel 5. Patientdeltagelse i forhold til opgaver i rehabiliteringsprocessen.

Alex de Vries

27

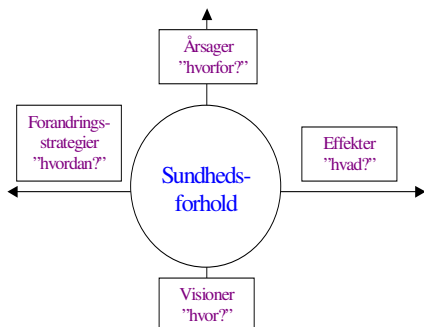
## Hvilken form for viden er styrende for vores handlinger?

- **Almen viden** er overordnet viden.
- **Specifik viden** har sammenhæng med de konkrete situationer, vi handler i.
- Vi handler ud fra en situationsbestemt og erfaringsbaseret viden snarere end ud fra en abstrakt og teoretisk viden.

Alex de Vries

28

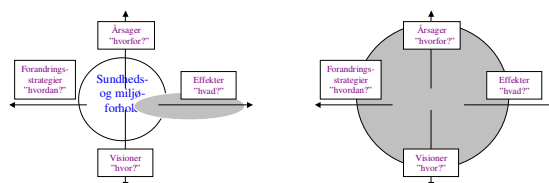
## Fire dimensioner af sundhedsviden



Alex de Vries

29

## Videnslandskaber



Alex de Vries

30

## Forebyggende hjemmebesøg

Hvad skal der forebygges?

Er det forebyggende eller sundhedsfremmende arbejde?

Alex de Vries

31

## Forebyggelse

- Sundhedsrelateret aktivitet, der søger at forhindre opståen og udviklingen af sygdomme, psykosociale problemer, eller ulykker og dermed fremmer folkesundheden

Alex de Vries

32

## Sundhedsfremme

- Sundhedsrelateret aktivitet der søger at fremme den enkeltes sundhed og folkesundheden ved at skabe rammer og muligheder for at mobilisere patienters og andre borgeres ressourcer og handlekompetence.
- "Terminologi, forebyggelse sundhedsfremme og folkesundhed" (2005) [www.sst.dk](http://www.sst.dk)

Alex de Vries

33

**Bemærkninger:** I sundhedsfremmearbejdet vendes opmærksomheden væk fra sygdom og over mod sundhed. Der fokuseres på mobilisering af ressourcer, handlekompetencer og mestringsstrategier frem for på risici.

aktører. Sundhedsfremmende indsatser er deltagerorienterede og dialogbaserede og kan være målrettet såvel enkeltpersoner som befolkningsgrupper. Sundhedsfremme og forebyggelse anvendes som sideordnede, delvist overlappende begreber for at synliggøre forskellige strategier til at opnå og øge sundhed. Forebyggelse og sundhedsfremme indeholder gensidigt elementer af hinanden. Eksempler på sundhedsfremme er dannelse af mødregupper i sundhedsplejen til at støtte børnefamiliers ressourcer og netværk, sundhedspleje, tandplejeordninger, socialpolitik, forebyggende hjemmebesøg, børneundersøgelse og motion på arbejdspladsen.

Alex de Vries

34

## Enten eller?

- Sundhedsfremme og forebyggelse bliver ofte fremstillet som to forskellige og adskilte aktiviteter
- Sundhedsfremme ses som aktiviteter, der er baseret på deltagerinvolvering og bottom up med det formål at fremme ejerskab og motivation
- Forebyggelse ses som ekspertstyrede top down aktiviteter, der først og fremmest retter sig mod specifikke sygdomme og årsager til sygdomme

Alex de Vries

35

## Både og?

- Sundhedsprofessionelle arbejder mere eller mindre kontinuerligt sundhedsfremmende og forebyggende som en integreret del af deres arbejde.
- En skarp adskillelse mellem sundhedsfremme og forebyggelse er derfor i praksis ikke frugtbar.
- Når man arbejder sundhedsfremmende er der behov for ekspertviden og omvendt når man arbejder forebyggende er der også behov for deltagelse og involvering.

Alex de Vries

36

## Konklusion

- Sundhedspædagogik er således brugbart i såvel forebyggende som sundhedsfremmende arbejde
- Det er ikke afgørende om man arbejder forebyggende eller sundhedsfremmende, men at man samarbejder med de ældre ud fra den konkrete ældres subjektive sundhedsforståelse, ressourcer og mål

Alex de Vries

37

## Litteratur

- Jensen, B.B. (2009) **Sundhedspædagogiske kernebegreber I:** Kamper-Jørgensen, F. Almind, G. & Jensen, B.B. (red) *Forebyggende sundhedsarbejde*, Munksgaard Danmark, 5. Udg. S.220-238.
- Jensen, B.B. (2009) **Sundhedspædagogik og intervention I:** Kamper-Jørgensen, F. Almind, G. & Jensen, B.B. (red) *Forebyggende sundhedsarbejde*, Munksgaard Danmark, 5. Udg. S. 311-335.
- Kamper-Jørgensen, F. & Jensen, B.B. (2009) **Forebyggelsesbegreber og sundhedsbegreber I:** Kamper-Jørgensen, F. Almind, G. & Jensen, B.B. (red) *Forebyggende sundhedsarbejde*, Munksgaard Danmark, 5. Udg. S.21-42.
- Roesen, J.V. Andersen, J.L., Jensen, B.B. & de Vries, A. (2008) **Ældre og sundhedsfremme og forebyggelse – et spørgsmål om samarbejde!** Videncenter for sammenhængende forløb. BoD

Alex de Vries

38