

Sundhedspædagogik og sundhedsfremme – fra teori til praksis

Mona Engdal Larsen, Diabeteskoordinator Fyn
Annemarie Varming, forsker ved Steno Diabetes Center
Regitze Pals, forskningsassistent ved Steno Diabetes Center
Nana Hempler, seniorforsker ved Steno Diabetes Center



Konferencen Lige Sund



Agenda

- Sundhedspædagogiske kernebegreber
- Samarbejdsprojekter
 - Undervisning af sårbare med kronisk sygdom
 - Livsstilsguide i praksis – sundhedspædagogik i psykiatrien
- Interaktive stationer
- Drøftelse af muligheder for at konvertere redskaber fra somatik til psykiatri

Sundhedspædagogiske nøglebegreber

- Udvikling af **handlekompetence** - forandre vilkår og rammer, den enkelte lever under ift. at skabe sundhedsfremmende forandring
- **Deltagelse og dialog til** - sikre at den enkelte har indflydelse på og ejerskab til sundhedsfremmende forandring
- **Lighed i sundhed** – opmærksomhed om individuelle forskelle, som har betydning for sundhed
- **Et bredt og positivt sundhedsbegreb** - tænke sundhed bredere en sygdom og dermed som det, der giver værdi i den enkeltes liv
- Sundhed anskues i et **setting-perspektiv** - tage højde for, hvordan rammer og relationer kan bidrage til sundhedsfremmende forandring

Hvad ved vi om sundhedspædagogik i patientuddannelse?

“Patientuddannelse er et blandt flere tiltag, der sigter mod, at personer med kronisk sygdom involveres i deres egen sygdomsbehandling.”

Sundhedsstyrelsen 2009

“Derfor er der behov for ...

at fokus rettes mod de potentielle deltagere selv frem for undervisernes formodninger om deltagernes behov og præferencer

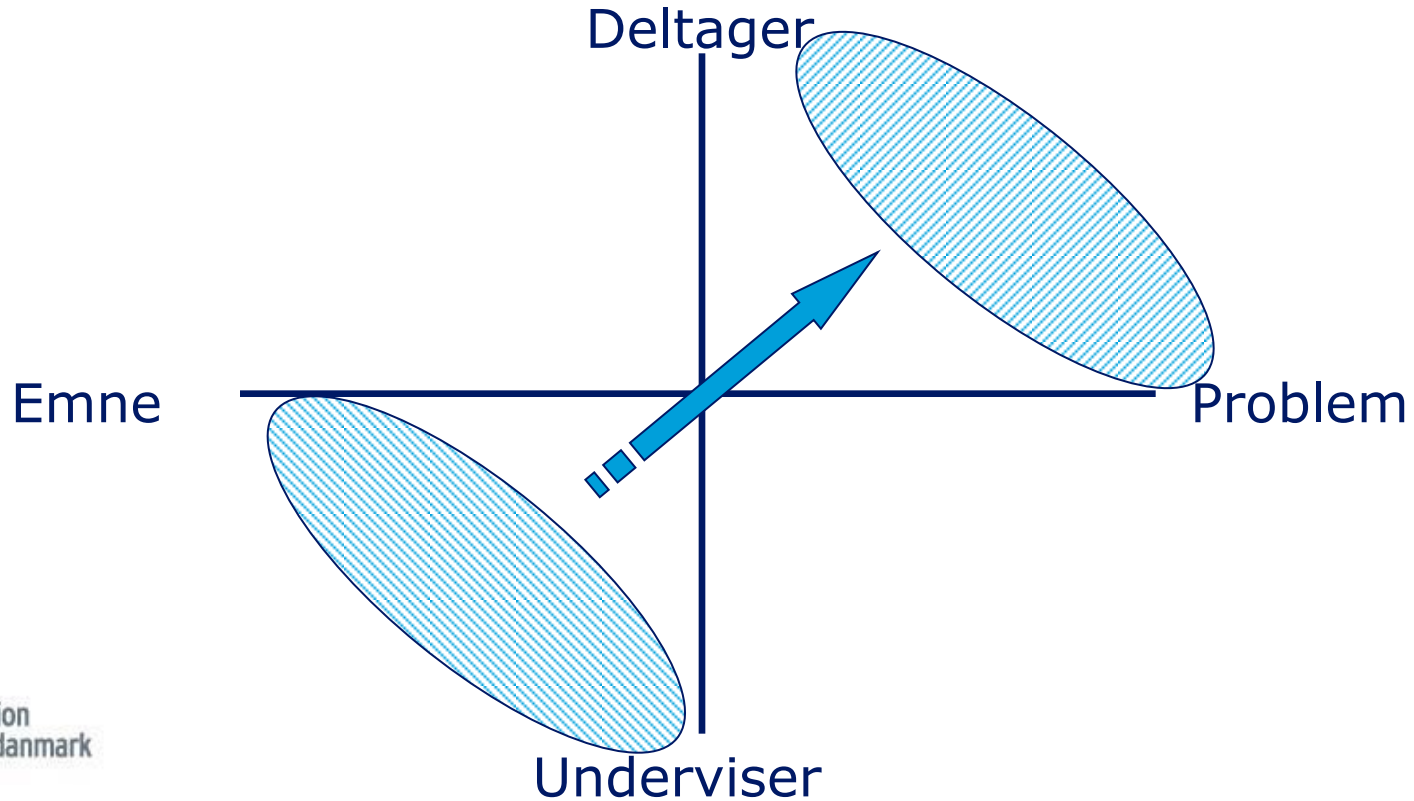
at uddannelserne målrettes deltagernes behov og dermed sikrer en differentieret indsats, således at brugerorienterede succeskriterier er medbestemmende for uddannelsernes indhold”

Vigtige pointer

– patienters præferencer

- Patienterne værdsætter i høj grad deltagelse, udvikling af handlekompetence og involvering af social kontekst
- Udvikling af handlekompetence er meget vigtigere end (kun) at få viden
- Patienter har fokus på egen situation, ikke på sygdommen generelt
- De mest syge patienter værdsætter støtten mest

Undervisningens form



Hvilke muligheder skaber dialogværktøjer?

Billeder, citater og udsagn samt diverse øvelsesmaterialer til at skrive på

- Stimulerer dialog, interaktion og deltagelse
- Fremmer refleksion, narrativer, spejling og adfærdsmodellering
- Faciliterer læring på forskellige måder
- Tager hensyn til den enkeltes læringsproces
- Stimulerer personlig udvikling og følelse af kontrol
- Øger forståelsen for den enkeltes situation og livsbetingelser

Undervisning af sårbare med kronisk sygdom

Ulighed i sundhed



- udviklet i et samarbejde Steno Diabetes Center, Diabetesforeningen og Region Syddanmark i 2013-2014
- sundhedspædagogisk koncept 'Målrettet sundhedspædagogik i behandling af sårbare diabetespatienter - videreudvikling og afprøvning af sundhedspædagogiske metoder og redskaber'.
- udviklet til sundhedsprofessionelle i patientuddannelse; individuel og gruppe
- medvirke til at give sundhedsprofessionelle større viden om og kompetencer til at anvende sundhedspædagogiske metoder i samarbejdet med sårbare patienter med kronisk sygdom.
- Læringssættet består af en guide og ni sundhedspædagogiske værktøjer.
- I alt 140 sundhedsprofessionelle i Region Syddanmark har deltaget på kursus i værktøjerne a hhv 1½ eller 2 dages varighed

Livsstilsguide i praksis –

sundhedspædagogisk samarbejde mellem professionelle
og voksne med psykisk sygdom

Baggrund – 'Livsstilsguide i praksis'

- Offentlig-privat samarbejde om forebyggelse af livsstilssygdomme blandt mennesker med psykisk sygdom med tilskud fra Ministeriet for Sundhed og Forebyggelses partnerskabspulje
- Partnerskabsprojekt mellem Region Syddanmark, 22 syddanske kommuner og Steno Diabetes Center
- Bygger videre på erfaringer fra 'sårbare projektet' – læringsæt i sundhedspædagogik til undervisning af sårbare personer

Projektets formål



At udvikle og afprøve et sundhedspædagogisk koncept målrettet voksne med psykisk sygdom

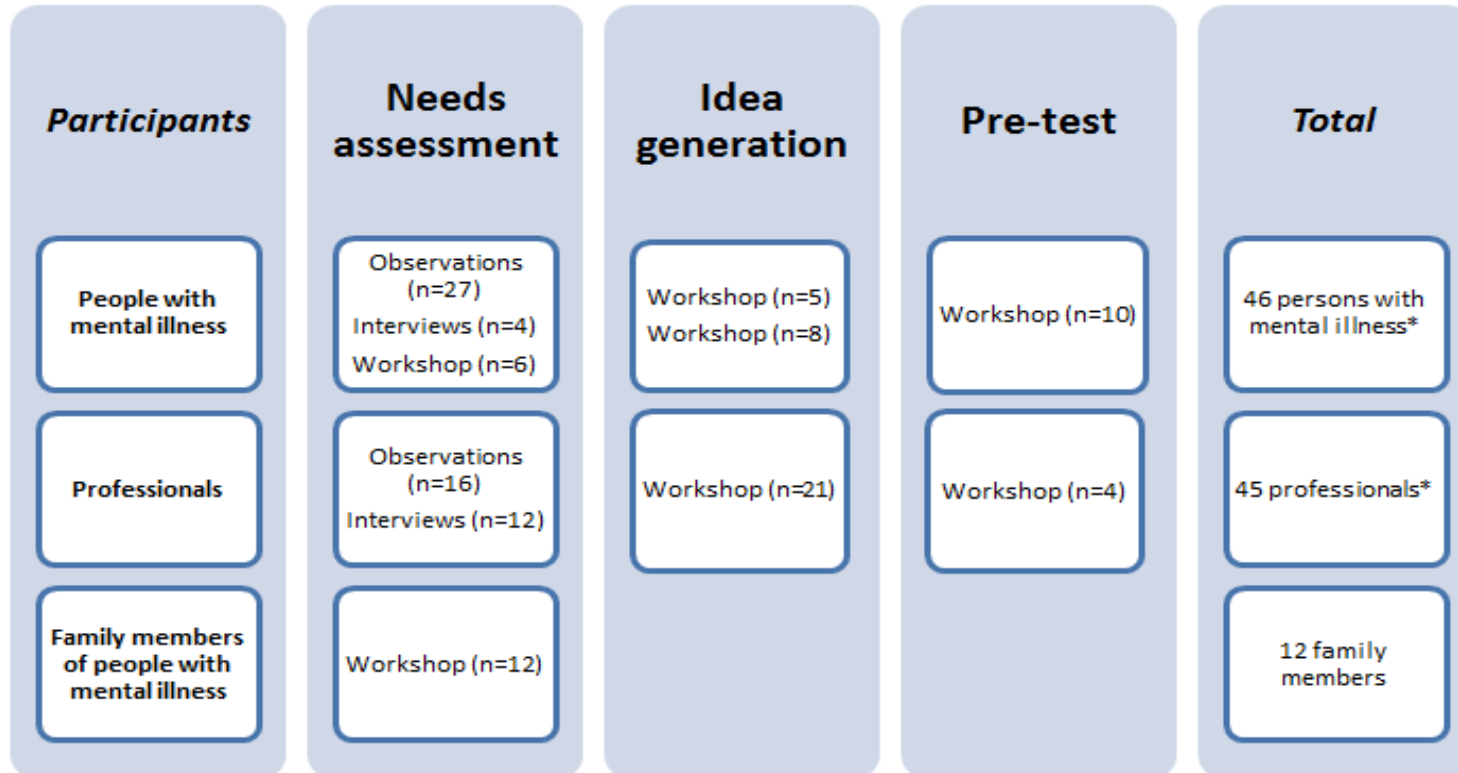


Med afsæt i det sundhedspædagogiske koncept udvikle et uddannelsesforløb, der målrettes medarbejdere (ca. 170 medarbejdere)



At styrke medarbejderes kompetencer i relation til at understøtte og motivere mennesker med psykisk sygdom til at leve et sundere hverdagsliv

Brugerdreven innovation som metode



Teoretisk model for konceptet

Flytte fokus fra ekspertperspektivet til et samarbejdsperspektiv

Flytte fokus fra undervisning til sundhedsrelaterede aktiviteter



Samarbejde en præmis for sundhedsfremme

“Og det jeg godt kan lide ved den model her, det er, at de tre, hvad skal man sige, elementer, de bliver mødt i midten med et samarbejde, for det er det, der absolut kan rykke. Det er et samarbejde.....”

(Bruger, kvinde, 41 år)

Konvertere redskaber fra somatik til psykiatri

Interaktive stationer

- Besøg stationerne
- Overvej om de sundhedspædagogiske redskaber kan konverteres til din praksis



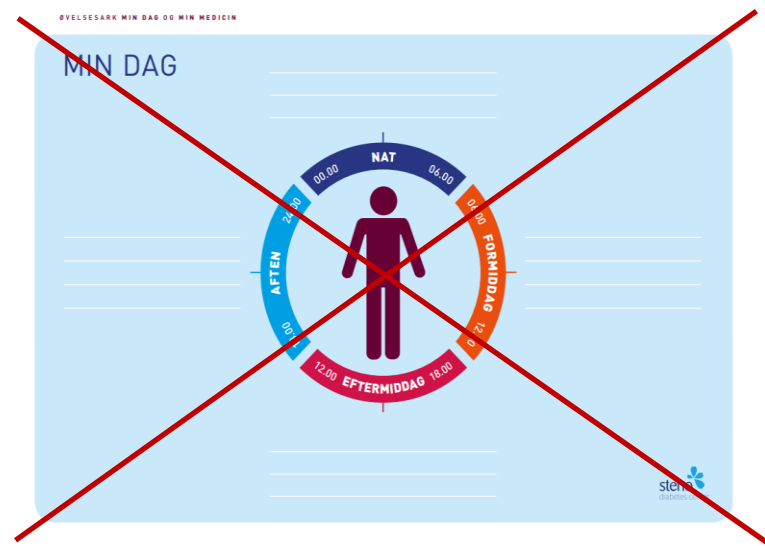
Fortæl om dit døgn

Formål med øvelsen:

Bruger og professionel får fælles forståelse for brugerens hverdag

Fælles viden og sætte rammer sammen for samarbejdet mellem bruger og professionel

Danne grundlag for samarbejdet omkring brugerens sundhed



'Det gode liv'

Formålet:

Bruger og professionel får en fælles forståelse for brugerens ressourcer, udfordringer, erfaringer, værdier eller ønsker ift. sundhed.

Appellerer til det brede sundhedsbegreb

Skabe fælles viden om refleksion om forandring

- Kan sættes sammen eller bruges enkeltvis
- Kan bruges til at fortælle historier
- Kan bruges mhp. fokus på fortid og fremtid

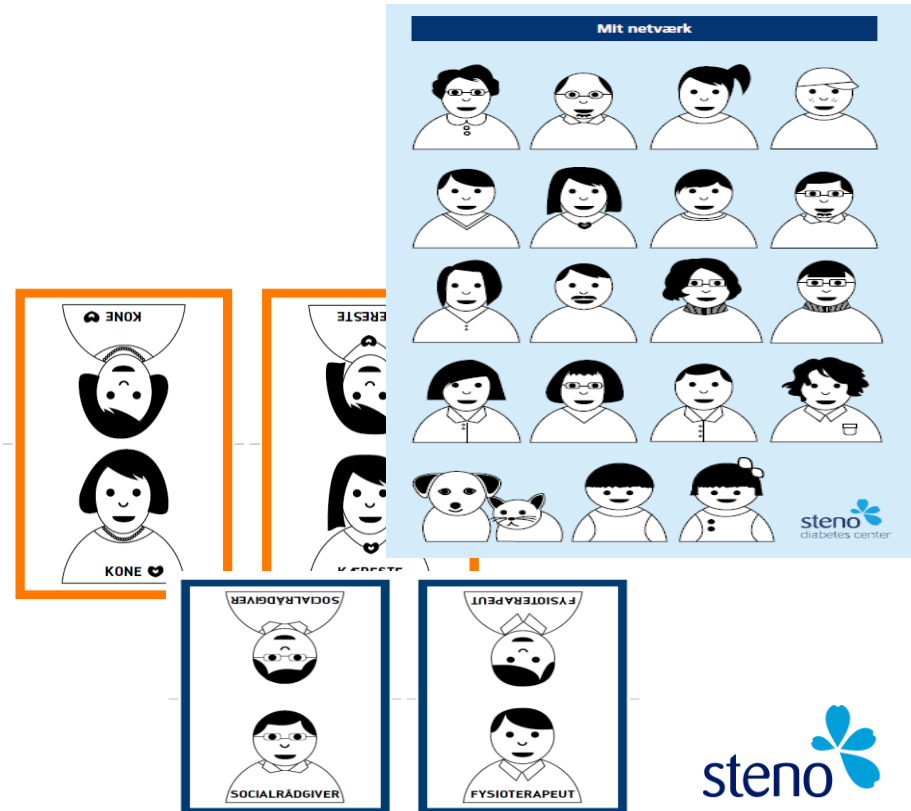


Mit netværk

Formålet:

Bruger og professionel får en fælles forståelse for, hvordan brugeren oplever kontakten til sit netværk og eventuelle muligheder for at få støtte.

Drøfte muligheder for at inddrage netværket, støtte relationer eller opbygge nye relationer.



Læs mere på Internettet:

Videncenter for Sundhedsfremme:

ucsyd.dk/sundhed

Sundhedspædagogik-kurserne:

ucsyd.dk/sundhedspaedagogik

Steno Center for Sundhedsfremme:

www.steno.dk

https://steno.dk/da/sundhedsprofessionelle_areapagelvl2/vaerktojer_oversigt/Ulighed%20i%20sundhed

Diabetesforeningen:

www.diabetes.dk

Region Syddanmark:

www.regionsyddanmark.dk

Litteraturliste

- Diderichsen, F. m.fl. (2011): Social ulighed i sundhed. Sundhedsstyrelsen
- Engelund, G. (2012): I balance med kronisk sygdom. Steno Center for Sundhedsfremme.
- Engelund, G. m.fl. (2011): Den sundhedspædagogiske jonglør. Steno Center for Sundhedsfremme.
- Engelund, G. m.fl. (2011): Det balancerende menneske. Steno Center for Sundhedsfremme.
- Jensen, B.B. (2009): Sundhedspædagogiske kernebegreber. I: Kamper-Jørgensen, F. (red): Forebyggende sundhedsarbejde. Munksgaard Danmark
- Ministeriet for sundhed og forebyggelse(2014): De 7 nationale mål for danskernes sundhed.
- Region Syddanmark(2011): Vision for Sundhedsvæsenet i Region Syddanmark.
- Sandø, N. & Primdahl, R. (red)(2012): Et sundt liv for udsatte borgere. Sundhedsstyrelsen
- Simovska, V. & Jensen, J. M. (2012): Sundhedspædagogik i sundhedsfremme. Gads Forlag
- Varming A.M. m.fl. (2014): Guide for sundhedspædagogiske redskaber til patientundervisning af sårbare personer med kronisk sygdom. Diabetesforeningen, Region Syddanmark, Steno Center for Sundhedsfremme