

Samverkansmodell – Frukostmöten om existentiell hälsa

Pedagogisk form

Föreläsningar, samtal och mingel

Aktivitetens syfte

Att öka kunskapen inom olika områden och målgrupper i samhället - om den existentiella hälsans betydelse för folkhälsan och samhällsutvecklingen.

Målgrupp

Målgruppen för enskild föreläsning styrs av kunskapsområdet som är aktuellt för just den föreläsningen. Exempel på målgrupper är: personal inom vård och social omsorg, människor med psykisk funktionsnedsättning, politiker och allmänhet.

Format

- 1) Start med fika och smörgås till självkostnadspris eller kostnadsfritt
- 2) Föredrag med möjlighet till frågor och samtal
- 3) Mingel och mer fika

Kursmaterial

Föreläsarens innehåll. Exempel på frukostföreläsningar som anordnats:

- Långtidsarbetslösas existentiella ohälsa
- Vikten av de existentiella dimensionerna i livet vid behandling av stressdiagnoser
- Att bygga goda sammanhang – existentiell hälsa och arkitektur i staden
- Relationens betydelse för existentiell och psykisk hälsa
- Ungas existentiella och psykiska hälsa
- Existentiella frågor inom psykiatri
- Senaste forskningen inom existentiell hälsa

Resultat

Ökad kunskap om den existentiella hälsans påverkan på folkhälsan och samhällets utveckling. Målgruppen får "verktyg" och modeller som de kan använda när de arbetar med den existentiella hälsan, till exempel inom vård, omsorg och hälsa, vilket minskar den psykiska ohälsan i samhället. Ett annat resultat är "empowerment" - att man som enskild person kan tänka på vikten av "meningsfullhet", "hoppfullhet" och stärkande "goda sammanhang" för sig själv och andra - ett synsätt som ökar möjligheten att förändra samhällsutvecklingen och sin egen livssituation. Samverkande organisationer och deltagare har fått information om den existentiella hälsans betydelse för den psykiska hälsan.

Ett exempel kan hämtas från föreläsningen om vikten av de existentiella dimensionerna i livet vid behandling av stressdiagnoser. Där tyckte deltagarna att de fått en ny insikt i hur viktigt det är för människor att hitta tillbaka till vad som är meningen med livet nu, vad de hoppas på och hur de kan skapa en balans i livet utifrån de förutsättningar de har. Man fick också en aha-upplevelse av tanken att upplevelsen av "meningsfullhet" är kopplad till ökad motivation, vilket är en viktig kunskap när man arbetar med människor som är i ett förändringsarbete.

Arbetsprocess

- 1) Omvärldsanalys – vilket "område" är aktuellt i samhället och i media?
- 2) Vem forskar/arbetar med detta – föredragshållare?
- 3) Vem/vilka i samhället vill ge bidrag till frukostmötet för att "området" är aktuellt för just dem?
- 4) Finns kostnadsfri lokal?
- 5) Marknadsföring genom Informationsblad/informationskanaler

Samverkande parter

Samverkansorganisationerna har varierat beroende på föreläsningens kunskapsområde. Projektets samordnare av frukostföreläsningarna har sett över vilka organisationer som ser kunskapsområdet som aktuellt för just deras organisation.

Samverkande parter:

- Samordningsförbunden i Västmanland
- Region Västmanland
- Västerås stad

Samverkansorganisationernas främsta roll har varit att finansiera föreläsningarna, hjälpa till att samordna och marknadsföra föreläsningarna till aktuell målgrupp.

Kraften i samverkan

Tack vare samverkan kring frukostseminarierna har de samverkande organisationerna, och deltagarna i föreläsningarna, fått mer kunskap om vikten av existentiell hälsa för att stärka den psykiska hälsan. Tillsammans möts folkbildning och organisationer inom området psykisk hälsa för att nå ut med kunskap och stöd inom ett viktigt och aktuellt ämne.

Möjlig fortsättning

Eftersom "frukostmöten om existentiell hälsa" är kopplad till en önskan om ökad kunskap inom ett speciellt område, så handlar fortsättningen om samhällets vilja att betala den kostnad - eller bidra med de resurser - som t.ex. forskare och föreläsare begär för att dela med sig av sin kunskap. Det handlar också om att de som arbetar inom folkbildning/studieförbund får utrymme att skapa dessa frukostmöten som tar tid men tyvärr inte ger så mycket tillbaka i form av bidrag. Motivationen för att ge tid och utrymme kan istället bygga på att ny kunskap inom området "existentiell folkhälsa" kan förändra samhällsutvecklingen och människors liv till det bättre.