

Färdig träff

➤ Initiering av arrangemang som samtal, dialogmöten, hälsoklasser och matlagningsträffar.

Dokumentera 1

➤ Planering via Social Cognitive Theory och på basis av tidigare dokumentation.

Genomför

➤ Genomför arrangemanget enligt plan och tidigare erfarenheter.

Dokumentera 2

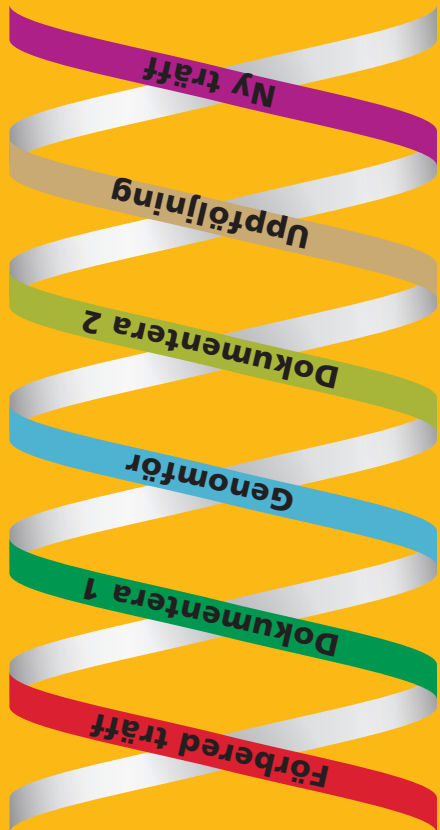
➤ Redogörelse för arrangemanget. Kritisk reflektion.

Uppföljning

➤ Formativ uppföljning av de samlade arrangemangen med hänsyn till de övergripande folkhälsomålen samt lokala mål.

Ny träff

➤ Erfarenhetsutbyte, gemensam kunskapsbas och utveckling på kommunal, regional och nationell nivå.



Lyckas i folkhälsoarbetet med Helhetsmetodiken

Det finns många fallgropar inom folkhälsoarbete. Är det risk att du utesluter någon deltagare redan när du formulerar din inbjudan? Riskerar du att sårta någon genom hur du bedriver ditt arbete? Hur går du vidare när den du arbetar med redan vet allt hen behöver veta men ändå inte lyckas nå sina egna hälsomål?

Helhetsmetodiken syftar till att kvalitetssäkra folkhälsoinsatser och därmed bidra till Kommissionens för jämlik hälsa övergripande folkhälsomål: "Att skapa samhällliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen".

Vi vet att klassklyftor gör att män i Bergsjön i genomsnitt lever åtta år kortare än i Långedrag och att det återigen går att se människors klasstillhörighet i deras tandstatus. Det innebär inte att folkhälsoarbete är förgäves. Insikten att samhällsstrukturer och deltagarnas unika livssituation påverkar om folkhälsoinsatserna lyckas eller ej är en av grundpelarna i Helhetsmetodiken. Genom kritisk reflektion går det att nå framgång även om deltagarna och du som yrkesverksam har strukturerna emot er.

Kvalitetssäkringen sker genom delaktighet, fokus på jämlik hälsa, en teoretisk grund och kritisk reflektion. Vi som jobbar med Helhetsmetodiken på Angereds Närsjukhus är inne på vårt andra decennium av utveckling av metodiken. Genom den hälsopedagogiska teorin *Social Cognitive Theory* tillsammans med en gedigen ämneskunskap, väldefinierade begrepp och uppföljningsbara resultat ger det en trygghet för deltagare och beslutsfattare.

För verksamheterna ger Helhetsmetodiken ett underlag för verksamhets- och kunskapsutveckling. Det välutvecklade dokumentationssystemet ger möjligheter till effektiv styrning och uppföljning. Djupt rotad i både teori och praktik är metodiken ett underlag för såväl ny forskning som bättre beprövad erfarenhet.

Om enskilda insatser eller ytterligare en informationsinsats inte räcker hela vägen fram; ta ett steg tillbaka och se helheten genom kritisk reflektion.

Vår strategi

- Stärka individens tilltro till sin egen förmåga.
- Stärka tilltron till gruppens förmåga.
- Synliggöra positiva förebilder.
- Påverka förväntningar på konsekvenser av medvetna val.
- Synliggöra och använda möjligheter att påverka livsvillkor och omgivning.
- Göra det lättare att leva hälsosamt.

Bilder: Jöran Fagerlund, Paul Björkman, Jonathan Ross, Sergio Joselovsky och Warebreak Media



Se HELHETEN genom kritisk reflektion

- Hälsa
- Erfarenhet
- Långsiktighet
- Hållbarhet
- Evidens
- Teorigrund





Nacimo Hasan och några andra kursdeltagare cyklade, tillsammans med kursledaren Fabienne Roux, Göteborgsgiroten från Gårdsten till Ullevi 2017.

Finns det risker med att stapla sockerbitar?

Ett vanligt sätt att illustrera sockerinnehållet i olika livsmedel är att göra utställningar där förpackningen ställs bredvid ett antal sockerbitar.

– Under en hälsodag på en lågstadieskola fick vi så många frågor att vi insåg att utställningen inte stod på egna ben utan krävde vår närvaro och dialog för att fungera, berättar Maria Magnusson, folkhälsoplanerare och initiativtagare till Helhetsmetodiken.

Efter en kritisk reflektion konstaterade Maria Magnusson att utställningen rentav kunde vara kontraproduktiv utan dialog eftersom barnen uppfattade vissa livsmedel som farliga snarare än att se kosten som en helhet som behöver vara balanserad.

– Det jobbigaste var att inse att utställningen påförde några barn skuld och skam eftersom de fick sin frukost "underkänd" utan att kunna påverka vad som serverades, avslutar Maria Magnusson.

Två konkreta fall där Helhetsmetodiken har gjort nytta

Varför skall den som varken har råd med cykel eller någonstans att åka lära sig att cykla?

På många platser i landet förekommer cykelkurser för vuxna med goda resultat. Men även om det går att lära någon att cykla på kort tid är det inte självklart att alla blir cyklister efteråt. Ett cykelprojekt i Gårdsten, i norra Göteborg, använde Helhetsmetodiken för att utvärdera projektet.

– Vi konstaterade genom kritisk reflektion att nyttan för den som har lärt sig att cykla men inte har råd att köpa en cykel eller inte vet hur cykelbanorna knyter ihop närområdet är ganska låg, berättar Moa Hallmyr, folkhälsoutvecklare.

Dessutom är det så långt att ta cykeln till en reparatör att det krävs bil.

– Därför tog vi fram en fortsättningskurs där vi gjorde utflykter för att hitta till och från Gårdsten. Deltagarna fick också bygga en egen cykel av gamla övergivna cyklar som allmännyttan hade tagit hand om, fortsätter Moa Hallmyr.

Nu har deltagarna kunskap och en plats att laga sina cyklar på egen hand, hittar i närområdet och har självtillit att ge sig ut i trafiken.



Maria Magnusson och Moa Hallmyr, Angereds Närsjukhus.

Helhetsmetodiken

Kritisk reflektion

- Upplevde du svårigheter att inkludera deltagaren utifrån språk, genus, funktionsvariation, nationell bakgrund eller annan faktor?
- Tyckte du att det verkade som om alla kände sig delaktiga?
- Kan du identifiera stereotyper i de exempel som du använde?
- Var det någon annan som bidrog till fördomar eller exkludering?
- Utvecklingsarbete i VGR skall genomsyras av jämställdhetsperspektivet. Upplevde du att detta var fallet under träffen?

Checklista

- Deltagarstyrning – hur säkras det? På vilken nivå i inflytandetrappan?
- Kompetenser – folkhälsovetare, kostkompetens, kompetens inom fysioterapi. Vilka finns, vilka behöver knytas till?
- Långsiktighet, hur tänker beslutsfattarna kring det när det gäller ert projekt?
- Normkritiskt tänkande – se ovan.
- Rapportsystem för formulering av syfte, kritisk reflektion, formativ och summativ utvärdering.

Inflytandetrappan

- 8 Maktöverlämnande
- 7 Medbestämmande
- 6 Medverkande
- 5 Konsultation
- 4 Kunskapsinhämtning
- 3 Information
- 2 Dekoration
- 1 Manipulation

Följ vårt arbete på: angeredsnarsjukhus.se/helhet



Kontakt

Maria Magnusson
Folkhälsoplanerare
Med. Dr., leg. sjuksköterska,
leg. dietist med specialisering
inom folkhälsa
Mobil: 073-376 31 57
maria.b.magnusson@vregion.se

Moa Hallmyr
Folkhälsoutvecklare
Helhetsmetodiken
Mobil: 070-561 2430
moa.hallmyr.lewis@vregion.se

Angereds Närsjukhus
Box 63
424 22 Angered

angeredsnarsjukhus.se
facebook.com/angeredsnarsjukhus