

Hälsopromotion i arbetslivet -hälsofrämjande som idé, kunskapsområde och strategi

Anders Hanson





Det finns en tradition....

1946 WHO bildas och förespråkar en helhetssyn på hälsan.

1974 Marc LaLond beskriver en Health Promotion Strategy – En ny syn på hälsan

1978 i Alma Ata betonas den primära och förebyggande hälsovården. Hälsa för alla!

1986 WHO Ottawa-konferensen Hälsa är politik, stödjande miljöer "Community actions"

1997 Europeiskt nätverk bildas

20091211 Google:
"Public Health" 209.000.000
"Health Promotion" 45.900.000

20150129 Google:
"Public Health" 873.000.000
"Health Promotion" 122.000.000

Hälsoarbete

Tre strategier:

1. Bota/lindra ohälsa

2. Förebygga ohälsa

3. Främja hälsa

Kunskap om
ohälsans orsaker,
(patogenes)

Kunskap om vad
som främjar hälsa.
(salutogenes)

Förebyggande?

eller främjande?



Tre frågor för att leda ett hälsofrämjande arbete:

- 1. Vad är hälsa?**
- 2. Vilka faktorer bidrar till att hälsan utvecklas och bevaras?**
- 3. Hur skapa förändring mot bättre villkor för hälsa?**

Health pro motion

In accord with the Ottawa charter

Focus on health
determinants

Settings based

participative

Process
oriented

Four constituent parts in order to bring about change
towards improved conditions for health

Out of
Ottawa charter 1986
Luxembourg declaration 1997

Hälsopromotion = ”hälsofrämjande förbättringsarbete”

Det salutogena
synsättet

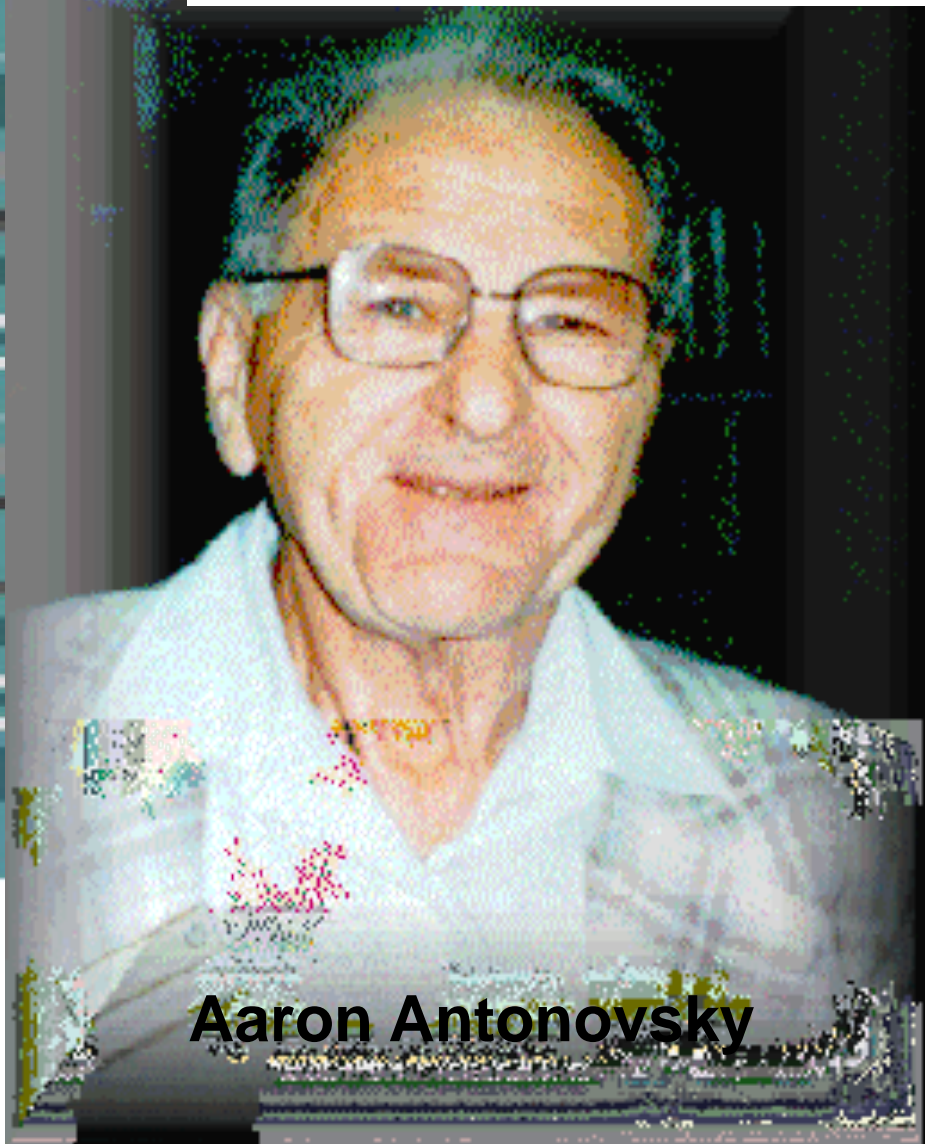
Se arbetsplatsen
som ett sammanhang

Delaktighet
och dialog

En process av
lärande och
förbättring

Fyra principer som kan bidra till förändring i riktning mot bättre förutsättningar för hälsa.

Förstå både ohälsans orsaker
och Hälsans mysterium



Aaron Antonovsky

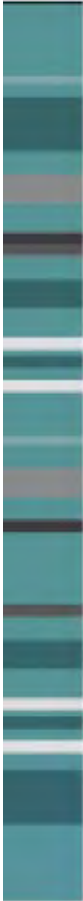
Hur kommer det sig att
vi människor trots livets
påfrestningar, ändå kan
behålla och rent av
förbättra vår hälsa?

globaliserat it-samhälle

Kunskapssamhälle?



Folkskolereformen 1842

- 
- Det är ett annat samhälle
 - ett annat arbetsliv
 - andra organisationer
 - ett svårare livspussel
 - en annan hälsoutmaning

Salutogent tänkande behövs

Riskfaktorer 2014:

-inte vara behövd

-inte vara sedd

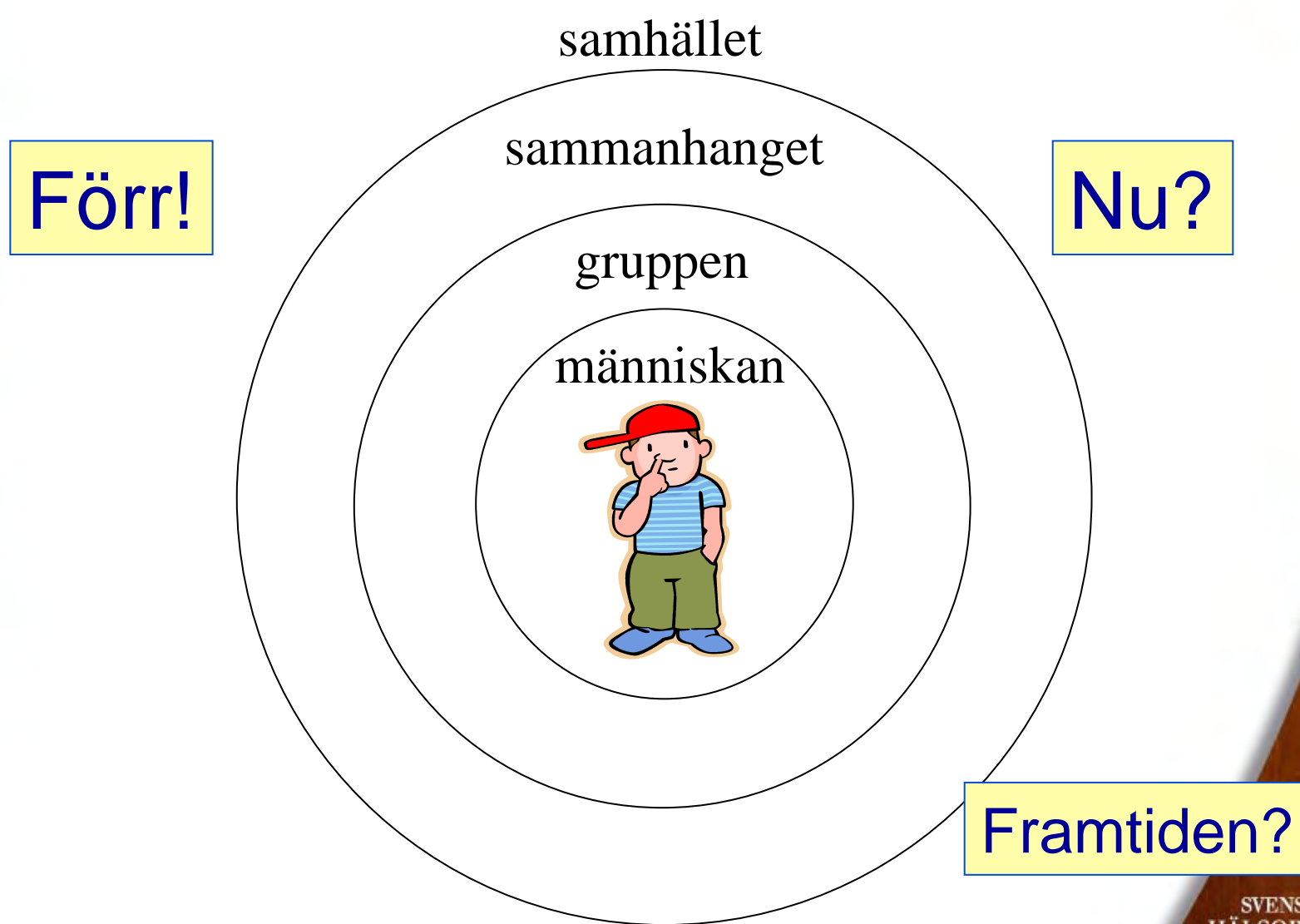
-inte duga

-känna sig avvisad

-uppleva meningslöshet

identitetshot?

Var finns friskfaktorerna...

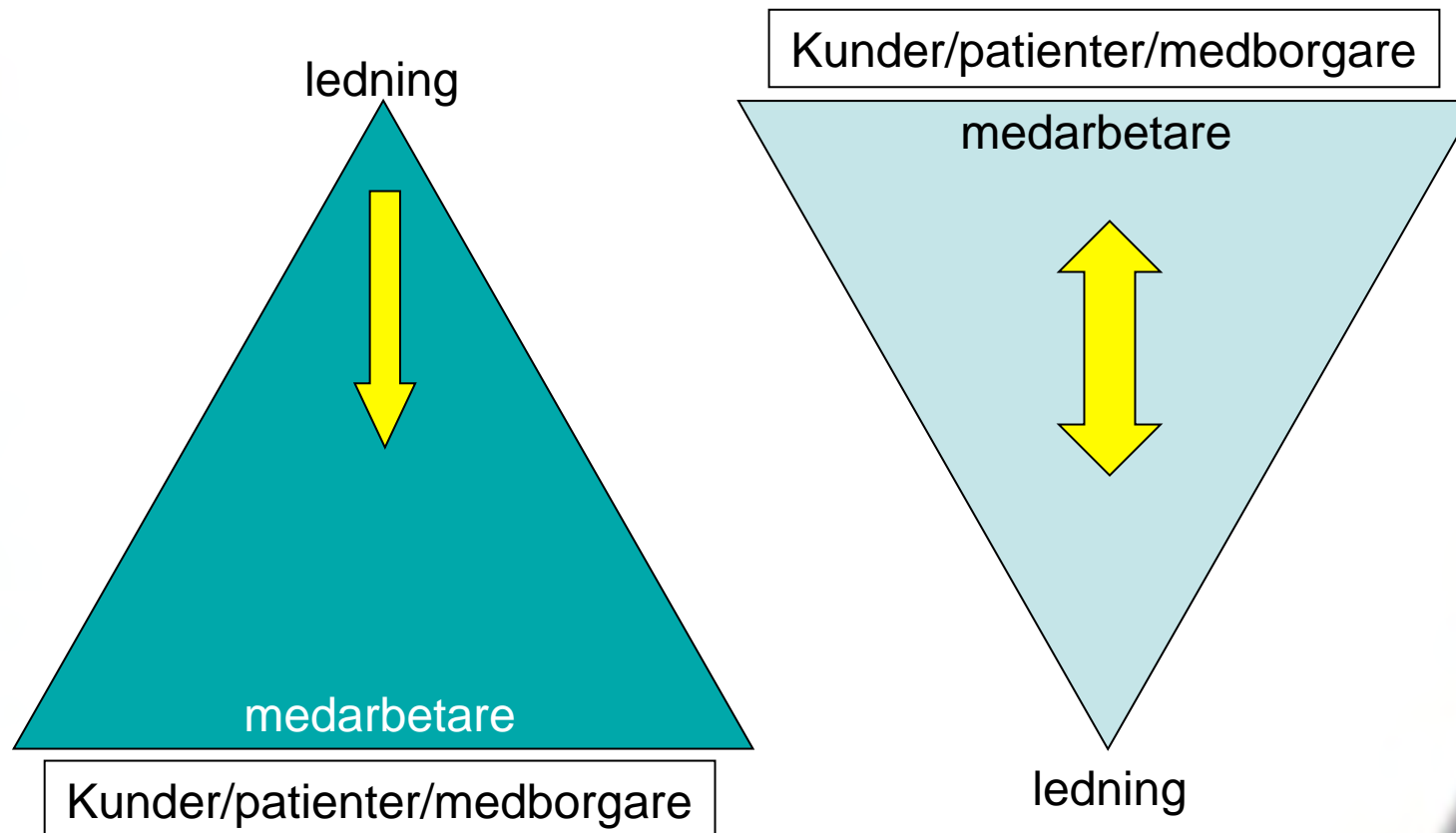


Levnadsvanor och livsstil

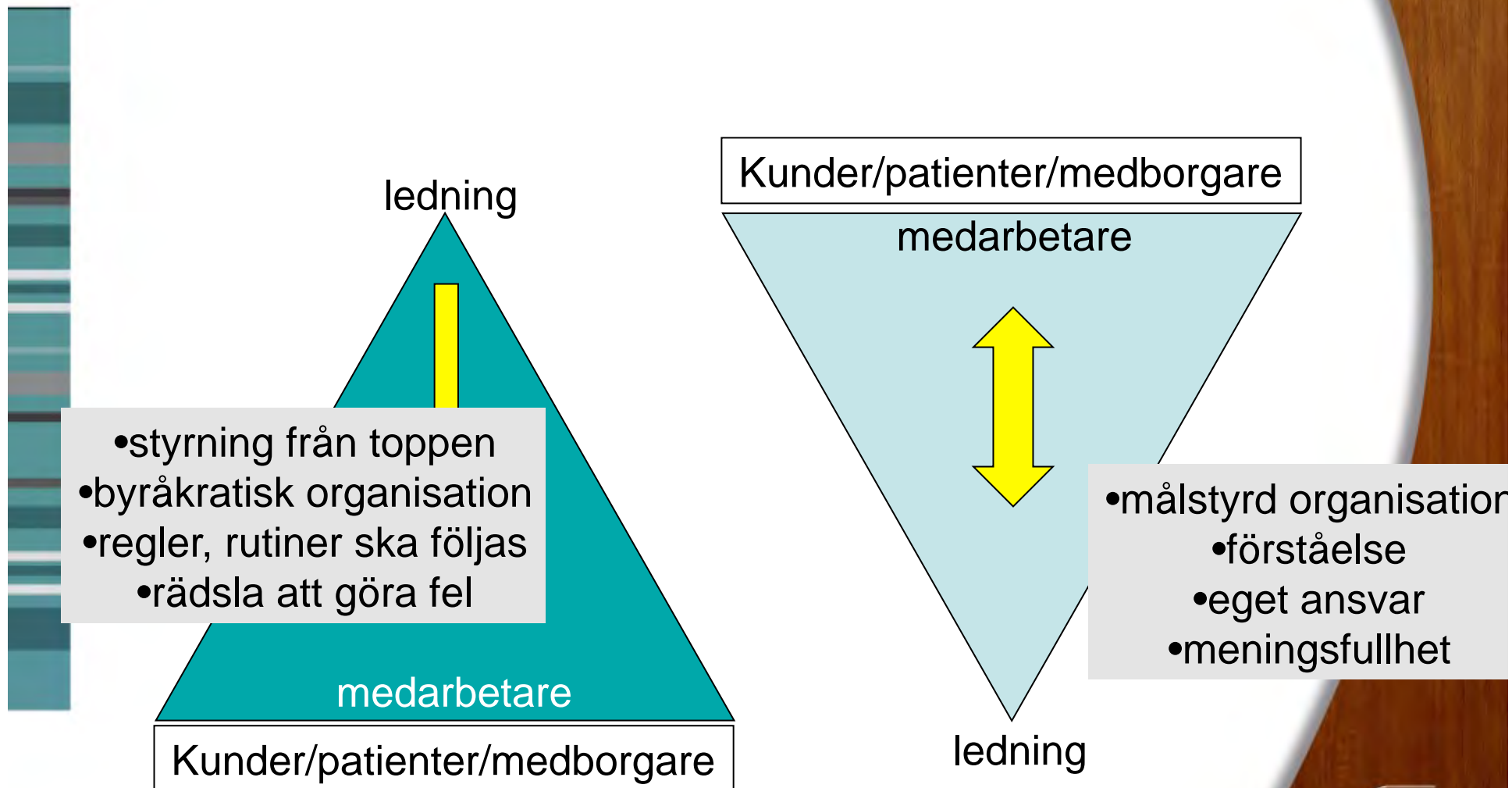


**Grunden är eget välbefinnande
och orken i vardagen**

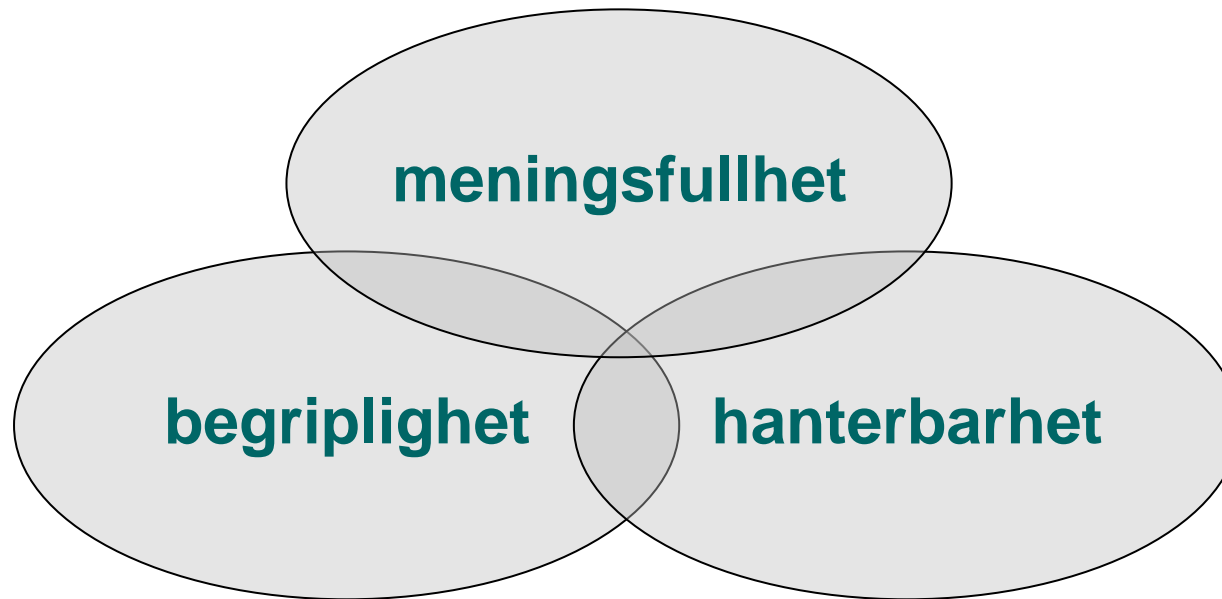
Ett annat tänk och en annan kultur



Lydnadskultur eller ansvarskultur?



kasam – en tankemodell



**En förklaring till människans hälsa
och en hjälp att hitta det som gör
att sammanhanget fungerar och
människor mår bra och fungerar**

Antonovsky´s salutogena
fråga är själva "grejen":

Hur kommer det sig att människor,
trots livets påfrestningar, ändå bibehåller
eller rentav förbättrar sin hälsa?

Aaron Antonovsky 1979



Salutogenes – hälsans ursprung

Hur kan man se på hälsa som en resurs?



Minimal
hälsa



Optimal
hälsa

Salutogenes – hälsans ursprung

Hur kan man se på hälsa som en resurs?



Minimal
hälsa



Optimal
hälsa

Hälsa något alla har!

Alla har något friskt!

-Alla människor har resurser



Hur ser vi på den vi möter.....

- Det du tänker om mig
- Så du ser på mig
- Som du är mot mig
- Sådan blir jag

Huvudpoängen!

- Förstå hälsans (framgångens) mysterium
 - Fokus på det vi vill
 - Undersökande inställning
 - Tacksamhet för det som är ok.
 - Söka det som har betydelse för framgång
 - Pröva att vända klagomål till önskemål
 - Se människan
 - Ett salutogent synsätt!
- aspekter av salutogent ledarskap
och salutogen kultur