



Nordisk Folkesundhedskonference 2017 - Abstract - Robuste Ældre

Tidsfrister

Abstracts skal indsendes til NFSK2017@sst.dk senest 31. oktober 2016 kl. 12:00

Bidragyder vil modtage besked om godkendelse af abstract senest 22. december 2016

Tema 3: Mental sundhed og robusthed

Titel

Robuste Ældre. En undersøgelse af ældre menneskers robusthed set i et salutogent perspektiv

Type

Mundtlig præsentation

Forfatter

Peter Thybo, Ikast-Brande Kommune, pethy@ikast-brande.dk / Direkte tlf. 9960 3102

og

Lis Puggaard Syddansk Universitet, lpuggaard@gmail.com

Stikordsliste

Ældre, uafhængighed, selvhjulpen, mestring, robusthed, resiliens, empowerment, self-efficacy, salutogenese, Det Dobbelte KRAM.

Baggrund

Antallet af ældre stiger fortsat støt. Det medfører overvejelser om, hvordan ældre kan være uafhængige langt hen i livet. Et sådant fremtidsscenarie giver flere gode grunde til fortsat forskning i de risikofaktorer, som kan true ældre menneskers fysiske helbred og mentale sundhed. Det giver samtidig god mening at forske i de ressourcefaktorer som kan bevare eller genetablere det gode helbred, mental sundhed og robusthed.

Formålet med projektet er at belyse ressourcefaktorer i hverdagslivet, som opbygger robusthed, handlekraft og selvstændighed hos mennesker, og således forsøge at forstå mekanismer og livsvilkår, der øger muligheder og forudsætninger for borgerens trivsel i et uafhængigt ældreliv for dermed at kunne klare sig selv længst muligt uden hjælp.

Teoretisk ramme og metode

Undersøgelsens teoretiske ramme tager udgangspunkt i "Det Dobbelte KRAM". Modellen knytter an til den salutogene forskning samt at aldrig typisk relaterer sig til betydningsfulde faktorer som psykiske ressourcer, sociale rammer og helbred/funktionsevne.

Der er gennemført 40 forskningsinterview med robuste og selvhjulpne ældre i alderen 60 – 94 år, der ikke har modtaget hjælp fra kommunens sundheds- og omsorgsområde gennem de sidste fire år og alle bosiddende i Ikast-Brande Kommune. Interviewguidens teoretiske ramme bygger på 'Den kvalitative livshistorie'.

Hovedresultater og konklusioner



Resultaterne viser, hvilke forhold de ældre selv mener, der har været med til at skabe deres robusthed, og det er tydeligt, at det er hele livet der er i spil, fra den tidlige barndom og ungdom over arbejds- og familieliv til ældre livet. Samtidig viser undersøgelsen, at man godt kan have robusthed, selv om livet kan være hårdt og byde på store udfordringer.

Undersøgelsen foreslår ni betydningsfulde robusthedsfaktorer: Personlighed, helbred, familiemæssig baggrund, sociale netværk, de store stunder, tidligere beskæftigelse, foretrukne interesser og aktiviteter, hverdagens rytmer og indhold samt livsformer og værdier. Konklusion er, at de deltagende ældre, hver især er 'stærke' på stort set alle robusthedsfaktorer.

Betydning

De fundne robusthedsfaktorer har givet vigtige pejlemærker i fremtidige indsatser for borgernes sundhed, helbred og trivsel uanset alder og funktionsniveau.