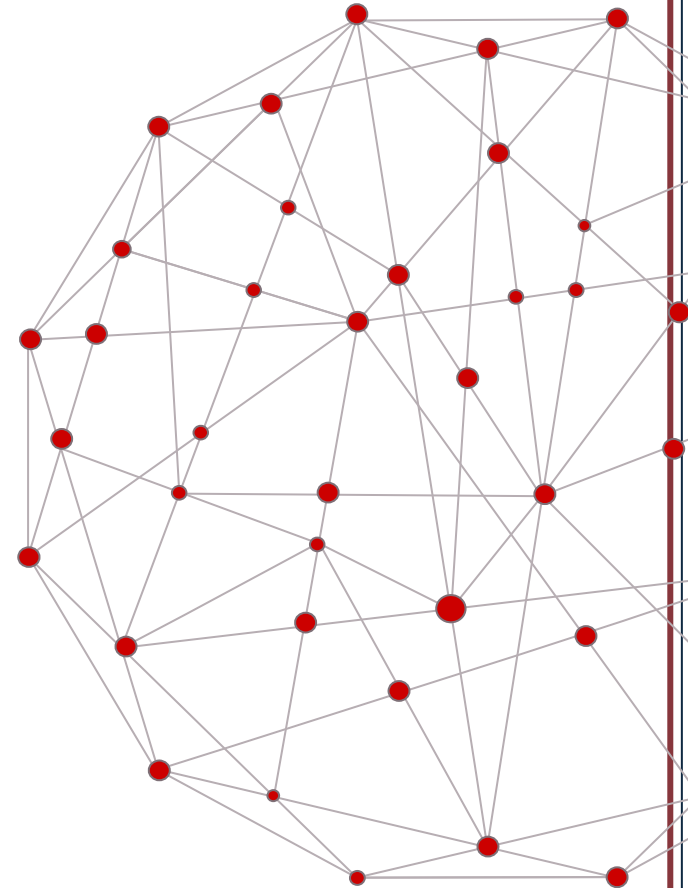


Hur tar vi oss an komplexa samhällsfrågor som kräver samverkan på tvärs?

- lärdomar och insikter från Kraftsamling för äldres psykiska hälsa i Blekinge.

Kajsa Balkfors och Jesper Hök



På agendan

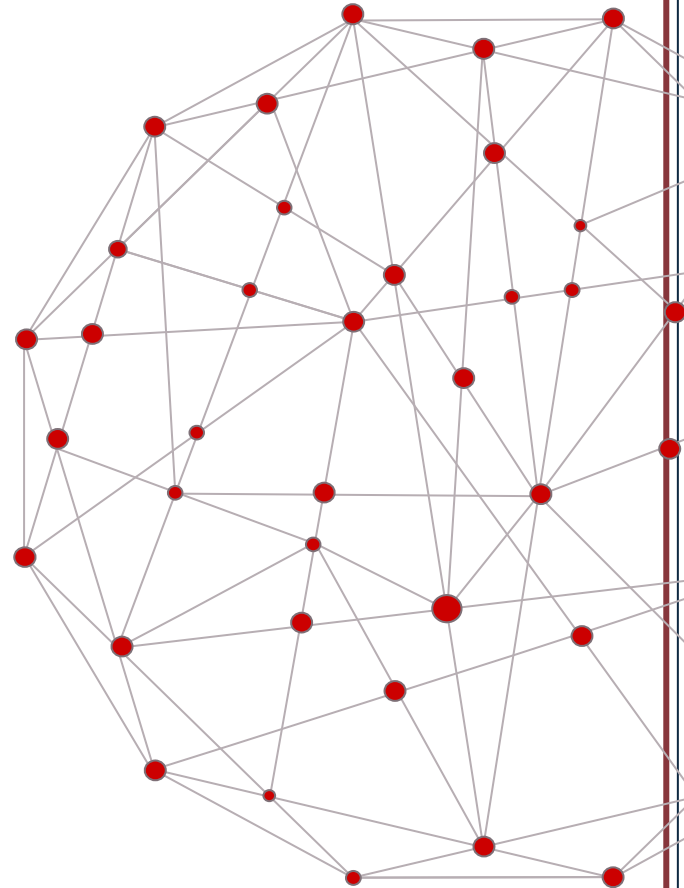
Erfarenheter från Kraftsamlingen

Teorier kring system och komplexitet

Metod - tre aspekter

- Fråga göra lära
- Involvera perspektiv
- Nätverk och samverkan

Eventuella frågor *(Skriv frågor i chatten)*



Kraftsamling Psykisk hälsa Äldre i Blekinge - Önskan utkomst

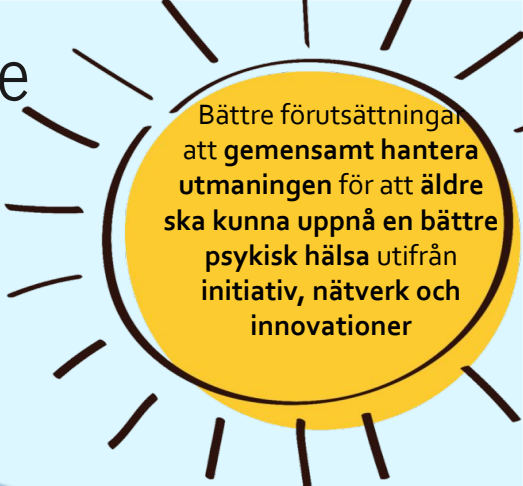


- Involvering samt breddat och fördjupat **engagemang på alla nivåer i systemet**
- **Långsiktig** plattform och struktur som bidrar till **stärkt kapacitet och ägarskap** hos aktörer
- En **bredd av initiativ och verksamheter** för att möta mångfalden bland målgruppen

Kraftsamling för äldres psykiska hälsa i Blekinge

Kraftsamlingsträffar

- Utforska möjligheter och utmaningar tillsammans
- Lära av erfarenheter och omsätta initiativ
- Integrera lärdomar, fördjupa och gå till handling.



Bättre förutsättningar
att **gemensamt hantera**
utmaningen för att äldre
ska kunna uppnå en bättre
psykisk hälsa utifrån
initiativ, nätverk och
innovationer

Infoträff
20 aug

Träff 1
10 sept
9.30-15.00
Sölvesborg

Träff 2
16 okt
9.30-15.00
Karlskrona

Träff 3
22 nov
9.30-15.00
Karlshamn

Initiativ-
verkstad
11 dec
digitalt

Uppföljning
Ronneby
2 april-25

Nätverksträffar
värdskap som
cirkulerar

Process-
arbets-
grupp

● ***Digitala frukostseminarium*** – goda
lärandeexempel från Blekinge och vår omvärld.

Kraftsamling psykisk hälsa äldre – ett axplock av initiativ och lärdomar

-Ett Blekinge tillsammans-
Utveckla ett **Seniorhälsoprogram**

**Hjärnkoll - pilot studiecirkel i
Olofström**
Gemenskap för män

"Kroka arm-modellen"
uppsökande verksamhet och
nätverksbyggande med olika aktörer
(Ex Sölvesborg-Duvans mötesplats)

-Ett Blekinge tillsammans-
Tillgängliggöra och nå ut med vad som finns
från olika delar av samhället

- Barns behov och äldres bidrag-
Motverka kroppshets
- synen på kroppen över tid...
OPUS UF glaskonst

Länsträffar med stöd av Schvung
Erfarenhetsutbyte mellan seniorrådgivare,
äldrekonsulenter, eller liknande roller

- Kom så gör vi det tillsammans -
**Anhörigvårdare erbjuds aktivitet med
den person de vårdar - Träning på
Friskis och Svettis.**

"Det börjar med oss själva"
Förhållningsätt till att samverka
utanför traditionella kontakter
(t.ex Vårdcentraler som identifierar
behov kopplar ihop med
aktivitetsaktörer)

- Barns behov och äldres bidrag-
"Äldrevänner"
Samtal äldre och ungdomar
på Duvans mötesplats

- Behov och äldres bidrag-
"Magiska möten"
Ett möte - två generationer

- 70 är det nya 50 -
**Nya rutiner i S-borg utifrån den
uppsökande verksamheten.**
Tidigarelägga inbjudan och
information.

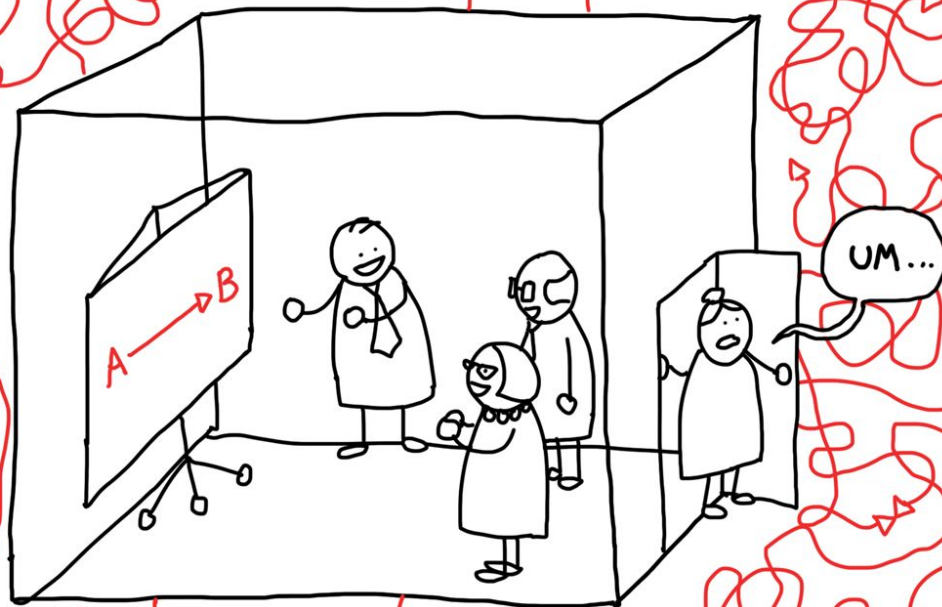


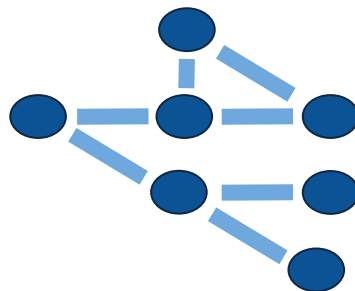
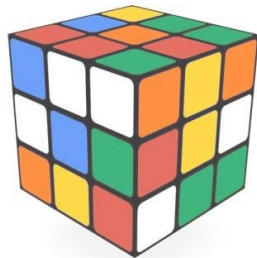
- Samskapa verksamhet med målgruppen-
Hälsans dag utifrån femfingermodell

**Reflektionssamtal kring betydelsefulla
existentiella perspektiv**
pilot med fortbildning i Karlskrona HSO
och Sjukhuskyrkan.

FINGER-modellen
utveckla/omsätta i regionalt
hälsoprogram?

Nätverksträffar
Demenssjuksköterskor &
seniormottagningarna
Ronneby





Linjära förlopp

Mer eller mindre komplicerat

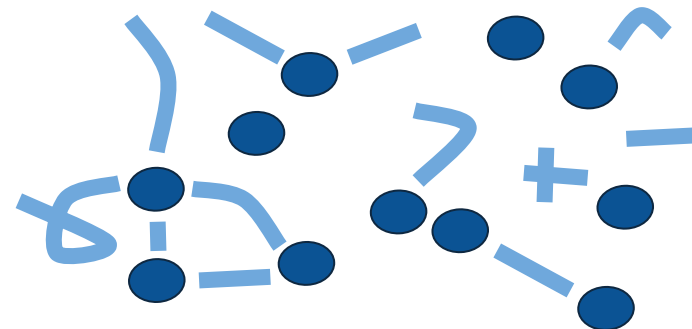
Kausala samband (Orsak - Verkan)

Medvetenhet om vad vi vet

"Best practice"

Medvetenhet om vad vi inte vet

Flera bra praktiker



Icke-linjära förlopp

Komplext

Inga eller få kausala samband

Omedvetenhet om vad vi inte vet

Framväxande praktik

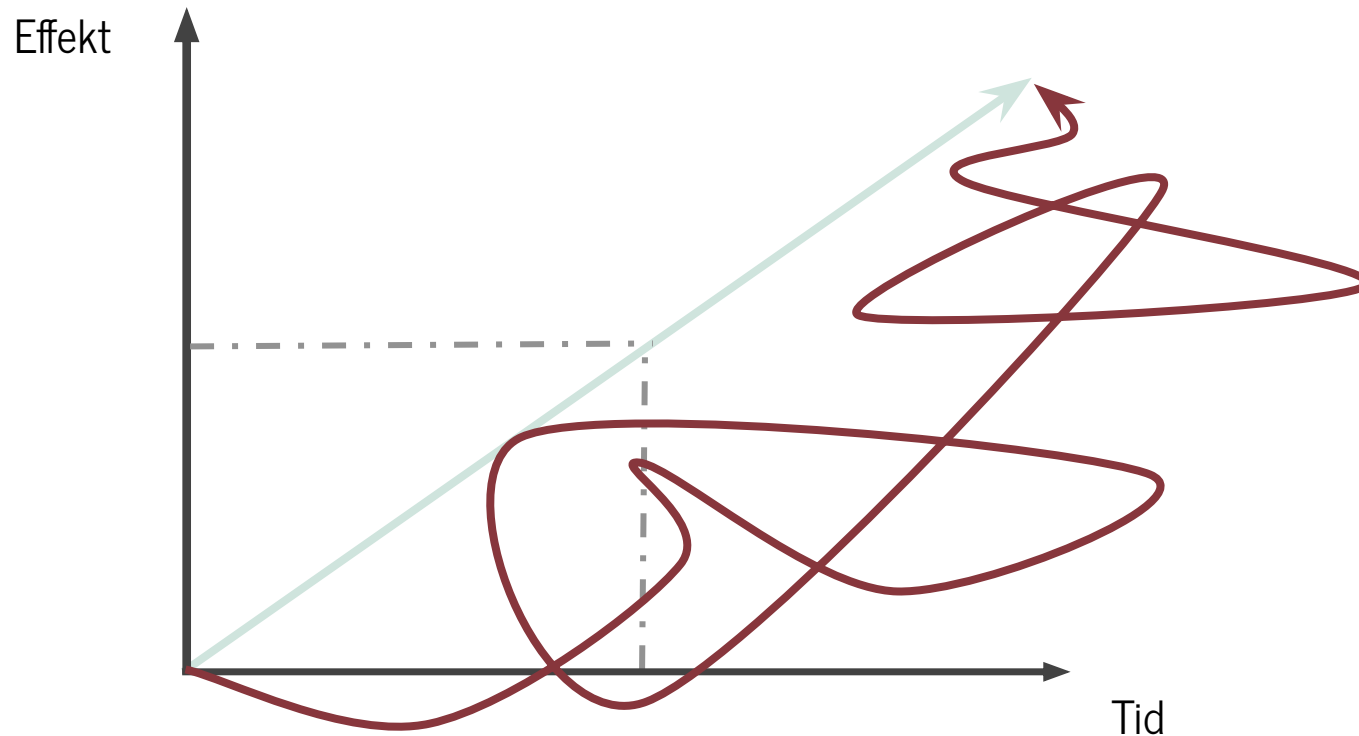
Utveckling och lärande



Linjära förlopp



Icke-linjära förlopp



En värld som är

Icke linjärt oförutsägbart

och

Organiskt föränderligt



Ställer vissa krav på den som vill påverka och förändra

Missionsorienterat arbetsätt

Från	Till	Effekt
Åtgärda symtom	Adressera rotorsaker	Skapa systemförändring med långvarig effekt
Skriftliga rekommendationer	Utveckla lösningar i praktiskt görande	En uppsättning lösningar som utgår från målgruppens erfarenheter
Förlita sig på experter	Involvera alla intressenter	Gemensamt ägarskap och relationer
Lära först, göra sen (policy preceeding implementation)	Lära medan vi gör	Lösningar som skapats från små genombrott och insikter som kan skalas upp
Implementera en enskild åtgärd	Iterativt utveckla och hantera en portfölj av lovande insatser	Öppna upp för banbrytande lösningar som skapar nya infallsvinklar till situationen
Ett engångsprojekt	En växande plattform som levererar resultat både kort- och långsiktigt	Kapacitet byggs hos deltagarna att hantera nya frågor som dyker upp längs vägen

Från projektplanen för Kraftsamlingen (med inspiration från Vinnova)



Kraftsamling för äldres psykiska hälsa

- ett missionsorienterat utvecklingsarbete

En utforskande expedition: Genom lärande och förändringsinitiativ utmana ett rådande system och stödja framväxande av något nytt.

Vad menar vi med systemet?

- Ekosystemet: alla aktörer i ett område som berör/berörs av en gemensam fråga.
- Velfärdssystemet: alla aktörer som arbetar med och för målgruppen.

Vad menar vi med utforskande expedition?

- Att vi vill mot en ny horisont och på förväg inte kan rita kartan.
- Att vi ska ta reda på saker längst vägen, testa olika initiativ, lära av nya och befintliga initiativ och agera efter vad vi lär för att hitta vägar som gör skillnad.

Ett samarbete mellan



Karlshamns
kommun

KARLSKRONA
KOMMUN



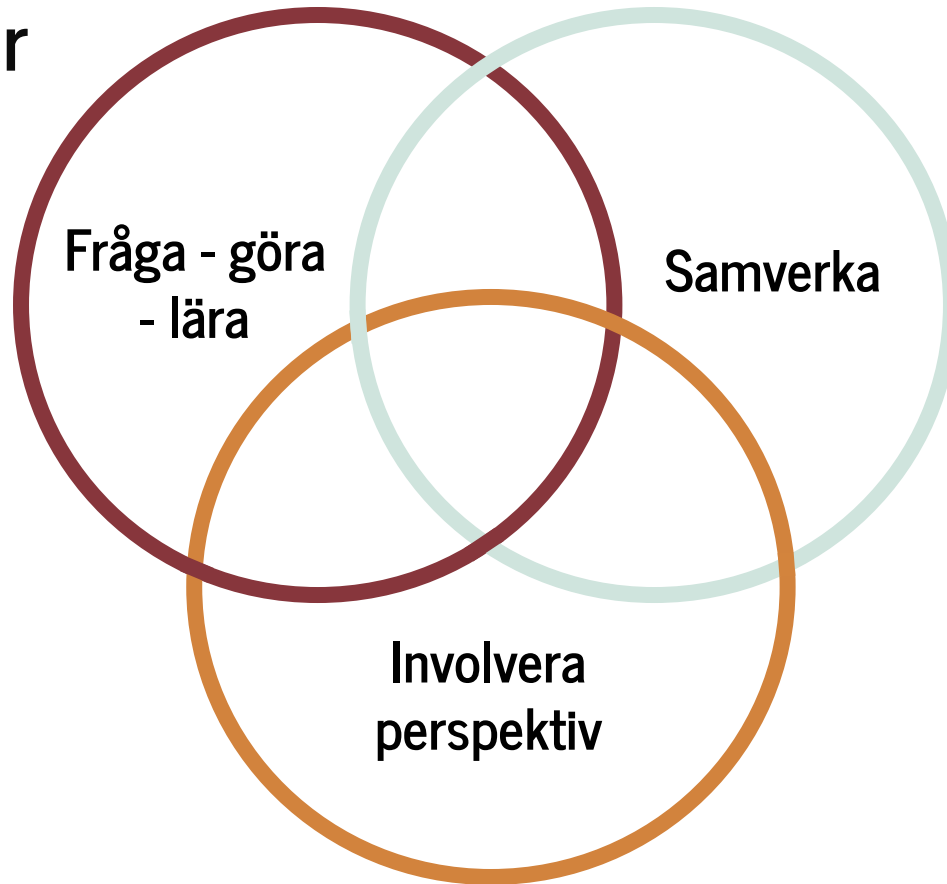
Ronneby
kommun

REGION
BLEKINGE

OLOFSTRÖMS
KOMMUN

Sölvesborgs
kommun

Tre aspekter



Fråga -
göra - lära



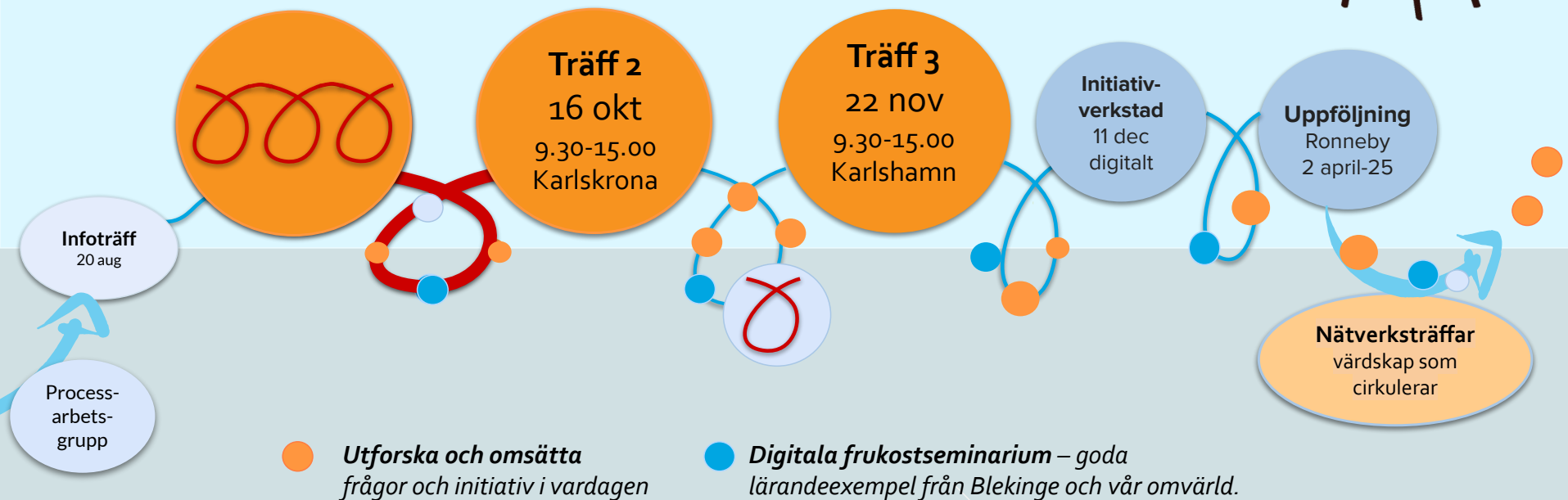
Lära genom utforskande

Ett framväxande förlopp



Kraftsamling för äldres psykiska hälsa i Blekinge

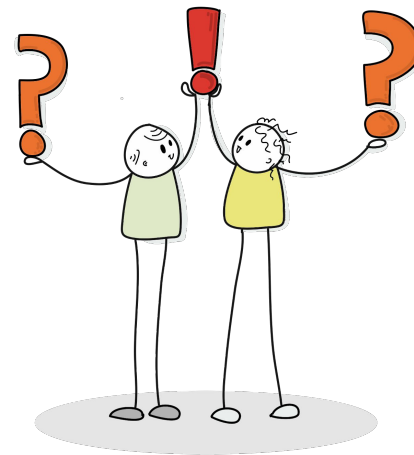
Bättre förutsättningar
att **gemensamt hantera**
utmaningen för att äldre
ska kunna uppnå en bättre
psykisk hälsa utifrån
initiativ, nätverk och
innovationer



Kraftfulla frågor

- Bjuder in till samskapande
- Försöker undvika värdering eller lösning
- Har en riktning och utmaning som ger energi.
- Utmanar för-givet-tagna sanningar och antaganden
- "Hur kan vi ... samtidigt som ..."

(Frågor som inkluderar det vi tänker på som motsatser/polariteter)



Exempel:

Hur kan vi få **stöd från dem som har makt**, samtidigt som det vi gör **radikalt utmanar det befintliga systemet**?

Hur kan vi vara **innovativa och nyskapande** utan att **förlora erfarenhetsbaserad kunskap och kvalitet**?

Hur kan vi **bidra till att minska segregation och utanförskap** samtidigt som vår process inte rymmer alla?

Våra kraftfulla frågor (- från den första träffen i Kraftsamlingen)

Hur påverkar tekniska lösningar äldre psykiska hälsa?

Hur involverar vi civilsamhället i det framtida samhällsbygget i kombination med näringslivet och den offentliga sektorn?

HUR KAN VI SKAPA EN KULTUR DÄR TVÄRSEKTORIELL SAMVERKAN ÄR EN NATURLIG HETTER FÖR ATT LÖSA SAMHÄLLSUTMANINGAR?

HUR KAN VI SKAPA FÖRSTÅELSE FÖR ATT TID OCH EFFECT HÄNGER IHOP?

HUR KAN VI SKAPA NÅGON LIKNANDE ORGANISATION LIKT FINSAM FÖR DENNA MÅLGUPPEN?

(omvärld)
Hur använder vi de resurser som finns för att få bästa effekten?

70 är det nya 50!
Hur skapar vi attraktiva mötesplatser?

Hur kan vi nå de allra ensamaste?

HUR KAN VI NÅ MÅLGUPPEN NÄR VI INTE VET VILKA DE ÄR?

Hur involverar vi äldre i nyssapioner av digitala lösningar

HUR KAN VI NÅ CIVILSAMHÄLLET & ANDRA SAMARBETS-PARTNERS SAMTIDIGT SOM MAN ÄR "ÖFVAND" I SIN EGEN ORGANISATION?

VILKA METODER KAN VI ANVÄNDA FÖR ATT ARBETA MED TVÄRSEKTORIELL?

Hur kan vi utmana våra fördomar/fördomar om äldre som målgrupp

HUR KAN VI FÖRSTÅ HÄLSA
Använda - individuell
Så?

HUR KAN VI MINSKA STIGMAT/FÖRÅKÄMPLIGHET
PSYKISK OHÄLSA
SÅ VI KAN NÅ MÅLGUPPEN?

Hur får vi resurser att räkna till, samtidigt som budgeten visar min

Hur förebygger vi psykisk ohälsa?

HUR KAN MAN "HJÄLPA" UTAN ATT STJÄLPA?

Hur når vi ut till dem som inte själva kan/vill!
har möjlighet att ta sig ut?

HUR VÄR DEN SOM VILL MEN INTE KAN?

Hur kan vi lösa den digitala utjämförskapet

ÄR DEN VI BAKOM ATT VI KÄNDE
REGERAR DE OUPPLÄSNA & CIVILSAMHÄLLET ATT VI KÄNDE
REGERAR DE REGERAR DE REGERAR DE

Hur bygger vi relationer som kan leda till aktiviteter via samverkan och inte bara "samverkanprat"

HUR KAN 2 EL. FÖR SAMVERKAN/UTMANINGAR NÅRA
VÄRDESKAP OCH
"DUBBLA VINSTEN"?

Hur kan vi involvera för aktörer i att lösa samhällsutmaningar?

Hur bryter vi störspr?

Samverka!
hur.

HUR KAN VI FÅ DELA SAMHÄLLET ATT SLUTA TÄNKA PÅ ÄLDRE?

Hur kan vi samverka i samhället?

HUR KAN VI FÅ DELA SAMHÄLLET ATT SLUTA TÄNKA PÅ ÄLDRE?

Hur når vi personer som lider risk för psykisk ohälsa?

Hur kan vi i den kommunala verksamheten erbjuda kuratorskontakt i hemmet eller på särskilt boende?

Hur kan vi se till att resultaten från projektet blir hållbara och långsiktiga?

Hur kan vi nå den gruppen som inte är van vid att söka för psykisk ohälsa samtidigt som vi i den regionala/kommunala regimen erbjuder olika former av stöd/hjälp.

Hur kan vi möjliggöra att alla människor när våra Verksamheter?

HUR KAN VI FÅ ETT UMSÄTTIGT OCH HÅLLBART SAMARBETE MELLAN CIVILSAMHÄLLET OCH DE OFFENTLIGA?

Hur kan vi samverka mot Region Blekinge och kommuner. Ta vara på värdnadens kunskaper

Hur ska vi agera så att äldre slipper förlora sig

Hur kan vi utmana/påverka våra förutbildade meningar?

HUR KAN VI SKAPA ETT LOKALSAMHÄLLE DÄR VI TAR TILLFÄRD PÅ ÄLDRE KUNSKAPER OCH ERFARENHETER?

Hur kan vi...
Nå bästa effekten vid psykisk ohälsa
Nå bästa effekten vid psykisk ohälsa

Hur kan vi tillgripas - ett friskt äldrande?
(sociala nätverk - sociala nätverk - sociala nätverk)

Hur kan vi erbjuda stöd till en individ som har svårt att bryta ett beteende/mönster samtidigt som den individen behöver arbeta/studera?

Hur når vi de som har störst behov?

HUR NÄR VI FRÅN TILL DEM SOM HAR DRABATS AV PSYKISK OHÄLSA MEN INTE INSEER DET?
Hur får vi dem äldre att söka stöd/hjälp trots att det inte finns en tydlig diagnos.

Hur bidrar vi till ett paradigmskifte där vi fokuserar på att främja de faktorer som stärker hälsa. I Barnfamiljers främjande faktorer för utmaningar

HUR KAN VI ARBETA FÖR- SIKTIGT NÄR FÖRESVÄNINGAR
BARNAS UTIFRÅN ANDERAR
MÅL & VERKSAMHETSPLENER?

HUR KAN VI STÄRKA MÅLGUPPEN
I ETT INDIVIDUALISTISKT SAMHÄLLE?

HUR GER VI PERSONER
BEDSKAP ATT ÖPPNA
OHÄLSA SAMTIDIGT
SOM VERKSAMHETEN
FORTGÅR?

Hur kan vi identifiera de äldre som mer sårbara samtidigt som det skapas resurser för att erbjuda individuella möten?

Hur bidrar vi till ett paradigmskifte där vi fokuserar på att främja de faktorer som stärker hälsa. I Barnfamiljers främjande faktorer för utmaningar

Hur kan vi till målgruppen från deltagare till?
medskapare

HUR NÄR VI UT TILL DE ENKASTA SOM INTE HAR NÅGRA SOCIALA KONTAKTER ELLER FÖRSTÅEN ATT DE ÄR JÄDRE?



ga 10

Vad skulle vi kunna göra kring frågan? Idéer till handling

1. Aktivitetslista - samlad
→ länsövergripande

2. Seniorprogram/hälsoprogram

Del av: Kith Nildas Tommy Cissi Emmy (Jonny) Christina W.

ald idé

Hur kan vi skapa en kultur där bistandsgöra samverkan är en naturlig metod för att lösa samhällsutmaningar?

Offentliga - civila, privata

Långsiktigt mål

2. Implementering?

Vem gör vad? När och hur?

1. Identifiera nyckelpersoner

2. Emmy Oh.

Vad skulle ett konkret första steg kunna vara? (minsta möjliga handling mot syftet)

1. Hitta rätt personer offentliga aktörer

2. Samverkansgrupp att åldras

Kan det pilotas? Redigera?

1 Hur mäter vi mga 70/50? Vad vill de? Christina W.	2 Hur ska vi se ut? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	3 Hur ska vi se ut? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	4 Hur ska vi se ut? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	5 Hur ska vi se ut? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny
6 HUR KOMMER VI TILL ATT GÖRA? Jonny	7 HUR SKA VI SE UT? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	8 HUR SKA VI SE UT? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	9 HUR SKA VI SE UT? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	10 HUR SKA VI SE UT? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny
11 HUR SKA VI SE UT? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	12 HUR SKA VI SE UT? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	15 HUR SKA VI SE UT? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	16 HUR SKA VI SE UT? Det är svårt att se samverkan i en samverkan (som inte har någon tydlig roll) Jonny	

Samverka



Samverka och nätverka

Samverkan kan ha olika syfte och intention

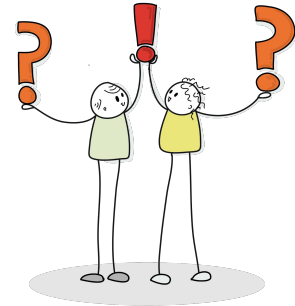


Projekt

**Gemensamma förslag, beslut
och handlingsplaner**

Fokus på det gemensamma

- Gemensamma förslag och initiativ
- Gemensamma åtaganden



Nätverk

**Varje deltagare ges bättre
möjligheter att verka i sin kontext**

Fokus på var och ens behov

- Stärkta nätverk och relationer
- Nyancerad helhetsbild och inspiration



Psykologisk Trygghet

“En tilltro till att sammanhanget är säkert nog för mellanmännskligt risktagande.”

Amy Edmondson

Innebär att

- Gruppmedlemmar vågar uttrycka idéer och förslag, berätta om misstag och ifrågasätta.
- Det finns en öppenhet att ge och ta emot respons och feedback.

Innebär inte att

- Bara vara snäll och trevlig.
- Alla idéer får applåder.
- Vi undviker konflikter.

Psykologisk trygghet är en av de mest avgörande faktorerna för gruppers effektivitet och kreativitet. Det är även en av få faktorer som har tydlig evidens.

Fyra verksamma komponenter / effekter



Inkludering och mångfald

När gruppen upplevs som inkluderande ökar benägenheten att vara öppen och bidra.



Vilja att hjälpa

När det finns en vilja och vana att hjälp varandra, ökar chansen att gruppens medlemmar säger till om de är osäkra på något.



Attityd till risk och misslyckande

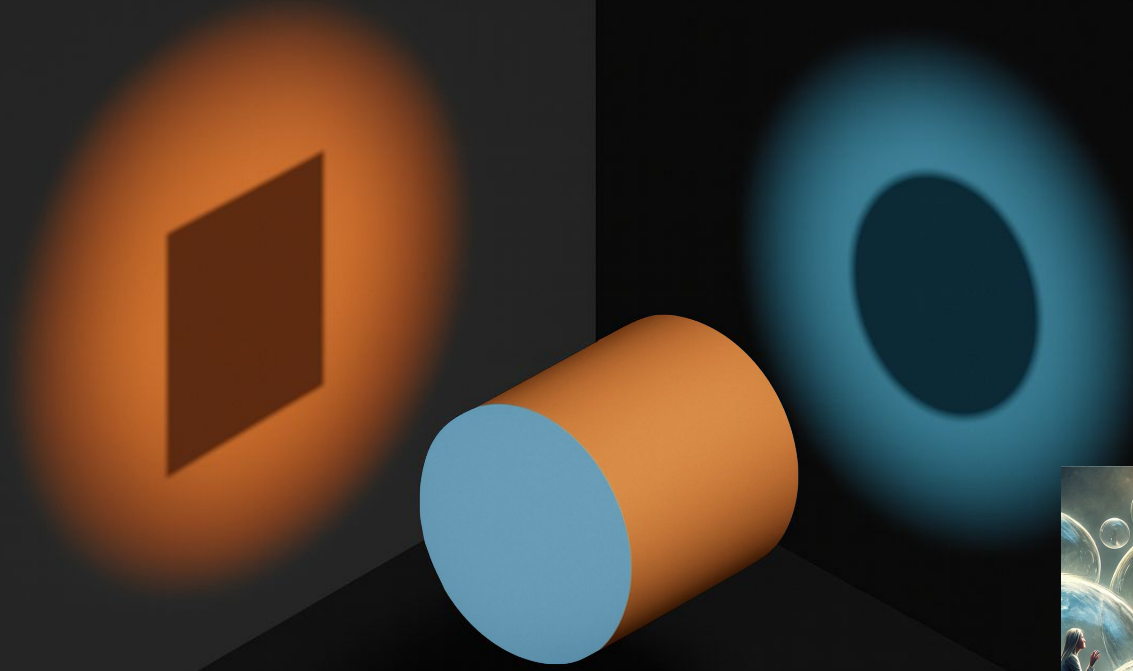
När enskilda individer upplevs få skulden för misstag, rapporteras färre problem och lusten att prova nytt minskar.



Öppna samtal

När det upplevs möjligt att ha öppna och utmanande samtal, komplexa problem hanteras tillsammans.

Bredda
och
involvera
perspektiv



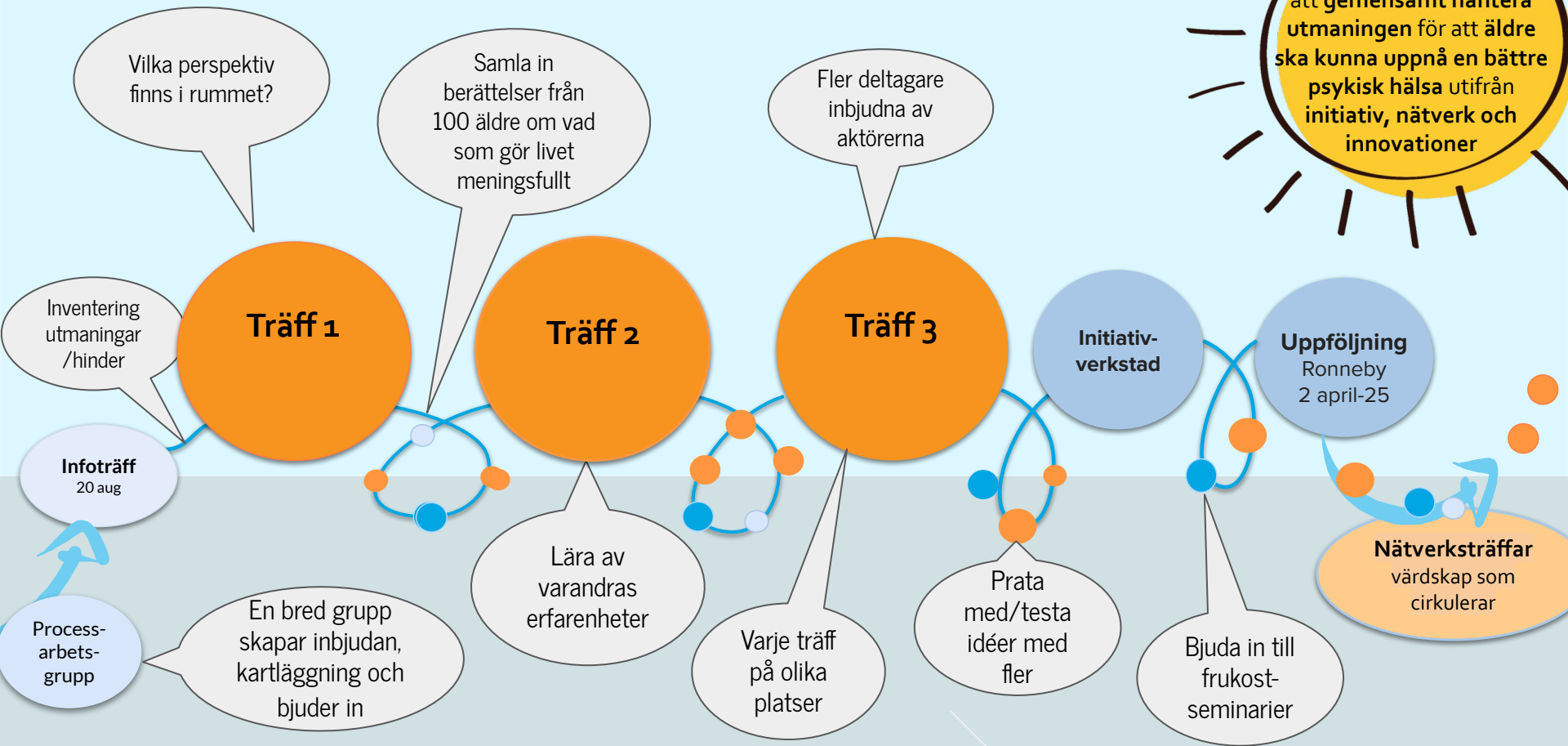
*Två olika perspektiv som båda är sanna.
Ofullständiga men inte felaktiga.*





- Hur kan vi se till att vi har med en bredd och perspektiv från olika delar av systemet i rummet?
- Hur lyssnar vi på dem som inte är i rummet?
- Hur lyssnar vi som är i rummet på varandra?

Kraftsamling för äldres psykiska hälsa i Blekinge



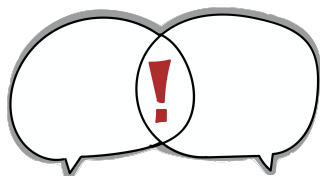
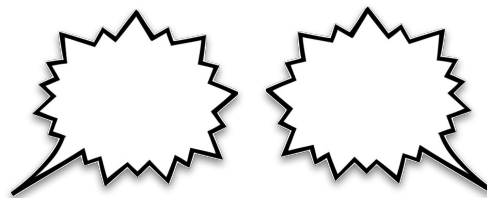


Vad skapar meningsfullhet i ditt liv? Vad gör livet värt att leva?



Monolog

Debatt

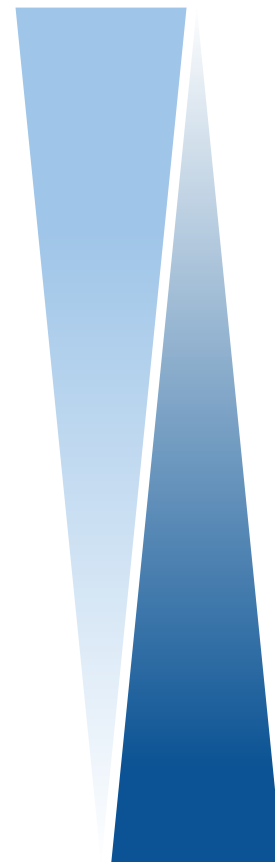


Dialog

Samskapande

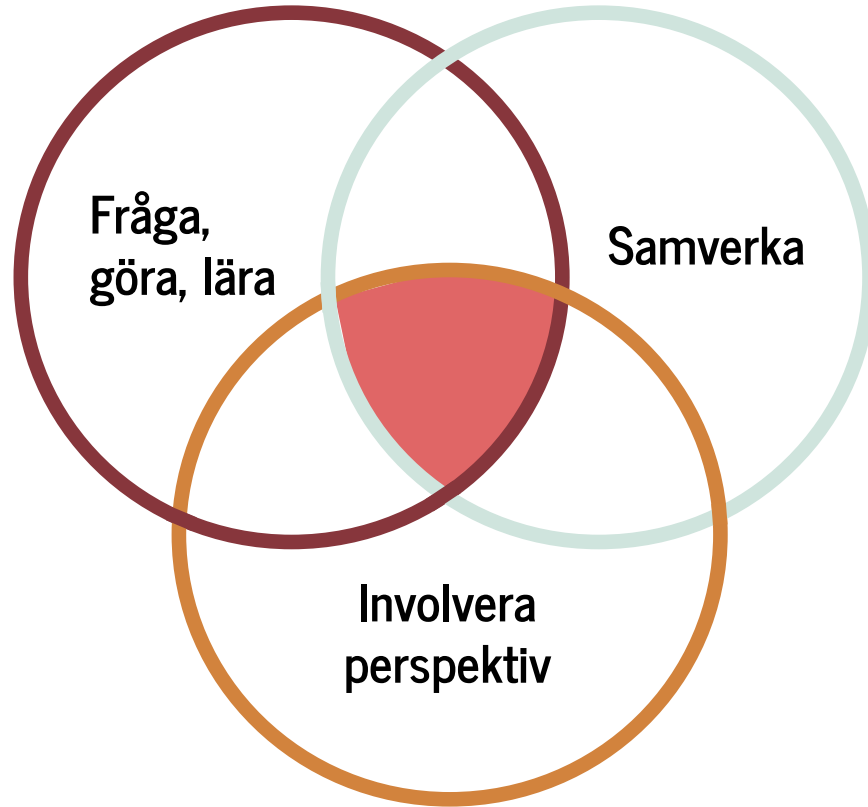


Förespråka



Utforska

Tre aspekter



Kraftsamling psykisk hälsa äldre

- Barns behov och äldres bidrag-

Motverka kroppshets

- synen på kroppen över tid...

OPUS UF glaskonst

- Barns behov och äldres bidrag-

"Äldrevänner"

Samtal äldre och ungdomar
på Duvans mötesplats

- Behov och äldres bidrag-

"Magiska möten"

Ett möte - två generationer

- 70 är det nya 50 -

**Nya rutiner i S-borg utifrån den
uppsökande verksamheten.**

Tidigare lägga inbjudan och
information.

Fem framgångsnycklar

Hälsofrämjande medskapandemodell

-Ett Blekinge tillsammans-

Utveckla ett **Seniorhälsoprogram**

**Hjärnkoll - pilot studiecirkel i
Olofström**

Gemenskap för män

Länsträffar med stöd av Schvung

Erfarenhetsutbyte mellan seniorrådgivare,
äldrekonstnärer, eller liknande roller

"Kroka arm-modellen"

uppsökande verksamhet och
nätverksbyggande med olika aktörer
(Ex Sölvesborg-Duvans mötesplats)

- Kom så gör vi det tillsammans -

**Anhörigvårdare erbjuds aktivitet med
den person de vårdar - Träning på
Friskis och Svettis.**

-Ett Blekinge tillsammans-
Tillgängliggöra och nå ut med vad som finns
från olika delar av samhället

"Det börjar med oss själva"

Förhållningsätt till att samverka
utanför traditionella kontakter
(t.ex Vårdcentraler som identifierar
behov kopplar ihop med
aktivitetsaktörer)

**Reflektionssamtal kring betydelsefulla
existentiella perspektiv**

pilot med fortbildning i Karlskrona HSO
och Sjukhuskyrkan.

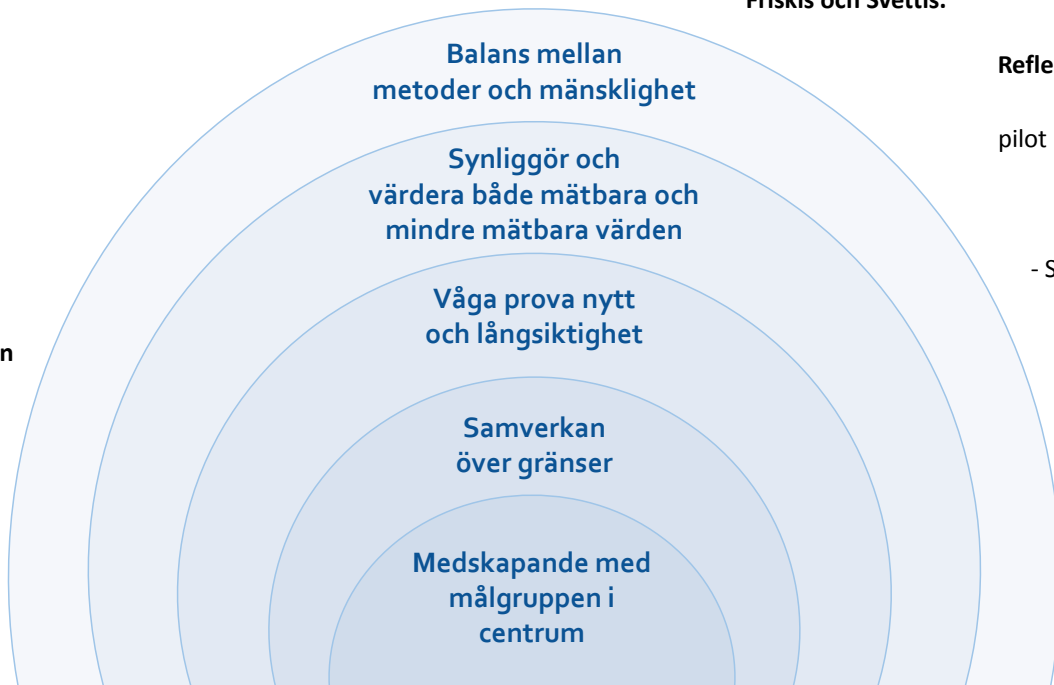
- Samskapa verksamhet med målgruppen-
Hälsans dag utifrån femfingermodell

FINGER-modellen

utveckla/omsätta i regionalt
hälsoprogram?

Nätverksträffar

Demenssjuksköterskor &
seniormottagningarna
Ronneby



Positiva effekter, förändringar och steg i rätt riktning

Summering av svar från Mentimeter (deltagarna i Kraftsamlingen)

- Skapats nätverk med nya kontakter
- Nya samverkansformer över gränser
- Olika aktiviteter med nya samarbetspartners
- Utbyte av lärande och erfarenheter
- Sedda och stärkta utifrån vårt ideella arbete
- En medvetenhet i det dagliga arbetet och nya tankesätt



Tack!

Kajsa Balkfors

kajsa.balkfors@gmail.com

Jesper Hök

jesper.hok@gro.nu