

VÆRD AT VIDE FORBYGGENDE SELVMONITORERING



Faglige input produceret af og for partnerne i Lev Vel, delprojekt Forebyggende selvmonitorering

**Aldringsvenlige
fællesskaber**

Forfatter:

Julie Bønnelycke, videnskabelig
assistent, Center for Sund
Aldring, Københavns Universitet,
4/7/2011

Nr. 3: Aldringsvenlige fællesskaber



Ny forskning i aldringsvenlige rejser en række spørgsmål om design af løsninger til fremtidens ældre: Hvordan tager man højde for fremtidige kognitive, fysiologiske og sociale udfordringer og forener disse i samlede løsninger? Og hvordan inkorporerer man hensynet til forskellighed i design og opbygning af fremtidige aldringsvenlige tiltag?

Center For Sund Aldring havde i juni 2011 besøg af Andrew Scharlach, Ph.D., Center for the Advanced Study of Aging Services, University of California at Berkeley, som fortalte om forskning på Berkeley om *Aldringsvenlige Fællesskaber* (Aging-Friendly Communities). Denne artikel er baseret herpå.

Aging in place vs. aging in community

En række initiativer og forskning ved Berkeley University sætter fokus på at forbedre service og forhold for de ældre gennem forskning, samarbejde og uddannelse, der adresserer de udfordringer, det amerikanske samfund står over for, med udsigten til en befolkning, der i stigende grad består af ældre.



Argumentet for et behov for at sætte større fokus på at skabe såkaldte aldringsvenlige fællesskaber er baseret på en problematisering af, at de dominerende diskurser om aldring primært fokuserer på skrøbelighed, fysiske og kognitive funktionstab og sygdom, og på at undgå eller udskyde aldring frem for at håndtere den ud fra ressource-anvendelse og -opbygning. I stedet er ambitionen i disse initiativer at adressere de udfordringer og ønsker, der findes blandt de ældre, og forsøge at implementere aldringsvenlige og aldrings-integrerede fællesskaber, der skal sikre hjem med både fysisk og social infrastruktur, der er rustede til at imødekomme de

“An aging-friendly community promotes the physical and psychosocial wellbeing of community members throughout the life cycle. (...) A community might be considered aging-friendly to the extent that its major systems (housing, transportation/mobility, health, social interaction, productivity, cultural and religious involvement, educational and leisure activity) are responsive to the changing needs and capabilities of its members as they age”

Scharlach 2009:9)

Nr. 3: Aldringsvenlige fællesskaber



forskellige behov, der opstår og skifter gennem et livsforløb.

Her udpeger man centrale behov og ønsker blandt de ældre som:

- At forblive i eget hjem/nærområde
- At have sociale netværk
- Tryghed
- Sundhed
- At tage aktiv del i fællesskaber

At blive i eget hjem

Som oftest er ambitionen i ældretiltag at muliggøre for de ældre at forblive i hjemmet længst mulig tid, og dermed undgå institutionalisering, og øgede sundhedsudgifter. Dermed baseres en typisk ældrebehovstankengang på "Aging in place", men overser vigtigheden af fællesskaberne i aldringen; "Aging in community". De fleste af de steder, vi lever i dag, er ikke gode steder at ældes, og mange af vores boliger er dårligt rustede til at møde vores behov, når

vi bliver ældre (Scharlach 2009:4). Ældretiltag er ofte baseret på teknologi og ændring af de fysiske rum, men ofte er dette ikke nok (Castle et al. 2009:44): En række sociale, rum- og

infrastrukturmæssige hensyn bør medtænkes i design til fremtidens ældre. En gruppe forskere på Berkeley behandler mulighederne for, og følger de første initiativer med henblik på, at skabe aldringsvenlige fællesskaber, hvor en fysisk infrastruktur (bygninger, teknologi, transport, kommunikation etc.) og en social (netværk, udveksling, bidrag, udnyttelse og påskønnelse af ressourcer) ikke bare møder de aldrendes behov, men udfordrer dem, med henblik på at forbedre deres funktionsevner og livskvalitet. Medicinske, fysiologiske og sociale behov tilgodeses samlet, og nye løsninger skabes, i græsrodsorganisationer. Disse aldringsvenlige fællesskaber sigter mod, foruden at tilgodese de helt basale fysiske behov, opbygning og opdyrkning af evner og fællesskaber, for at skabe muligheder og valg for de ældre, og skabe en meningsfuld, aktiv ældretilværelse. Det baserer sig på et grundlæggende syn på hjemlighed, som et mere fundamentalt engagement, og en aktiv gøren, end blot at befinde sig et bestemt sted. Det er en hjemlighed, som ikke bare er funktionel i form af vægge rundt om én, og et tag over hovedet, men gennem at tage aktiv del af et bestemt rum skabes relationer til omgivelserne, og et tilhørsforhold i verden (Manheimer 2009).

At bidrage til samfundet

Mange løsninger viser sig desuden at være aldersspecifikke, hvor der peges på behovet for aldersintegrerede løsninger i stedet (Scharlach 2011). Aktuell forskning peger på et ønske om at undgå udgrænsning fra samfundet, uden dog at blive mødt med forventningerne om at kunne det samme som en 50-årig. Man ønsker med de aldringsvenlige fællesskaber at skabe mulighed for de ældre for at kunne følge med i det hverdagsliv, som udspiller sig blandt de yngre medborgere, at være en aktiv del af samfundet, og at have kontakt og kunne bidrage på tværs af generationer. Derfor sigter man også på løsninger, der inddrager de ældre som ressourcer, blandt andet som reservebedsteforældre hos børnefamilier, som kontaktpersoner eller aflastning for udsatte børn, og som rollemodeller og mentorer på tværs af etniske og religiøse grupper. Ældre, der har et godt og engagerende nærmiljø forbliver aktive længere, hvorimod kontekster, der gør de ældre til passive modtagere af services og forskellige former for pleje, har en sygeliggørende og passivitets-skabende effekt (Scharlach 2009:7). Derfor sigter mange af de aldringsvenlige initiativer også på ressource- og kompetence-delning og – opbygning blandt de

Nr. 3: Aldringsvenlige fællesskaber



ældre selv, således at netværk og aktiviteter bygges op om de ældres egne, forskellige, uligheder for at bidrage.

Udfordringerne i at skabe aldringsvenlige løsninger

Ambitionerne om at skabe aldringsvenlige forhold og bane vejen for nye miljøer og muligheder baseret på hjemmet og fællesskabet, rejser også en række principielle spørgsmål vedrørende aldring og samfund i adresseringen af fremtidige, aldersrelaterede udfordringer:

- Hvordan tager man højde for fremtidige kognitive, fysiologiske og sociale udfordringer, og forener disse i samlede løsninger?
- anderledes samarbejder mellem offentlige, private og Der er behov for at kunne integrere de enkelte tekniske elementer i en større kontekst med blik for den komplekse helhed, delene indgår i, både nu og på længere sigt. Så hvordan går man fra enkelte installationer/devices til praksisser, miljøer og fællesskaber?
- Hvordan inkorporerer man hensynet til forskellighed i design og opbygning af

fremtidige aldringsvenlige tiltag? Ofte designes løsninger til en opfattet homogen gruppe, hvor forskelligheden ses som undtagelsen. Imidlertid peges der på, at forskelligheden snarere bør opfattes som normen frem for undtagelsen i en enorm gruppe – de kommende ældre – hvor alderen er den eneste fællesnævner. Oplevelserne af aldringsprocessen såvel som levetilstand og behov generelt byder et utal af forskelligheder socialt, mentalt og fysisk.

- Hvordan skaber man løsninger, der er inkluderende og ikke udgrænsende, og som tager højde for aldringens forskelligartede forandringsprocesser? Ofte er offentlige rum og boligløsninger handicapvenlige frem for aldringsvenlige, hvilket langt fra er det samme. F.eks. kræver gangbesvær helt andre løsninger end kørestolsbrug, der ofte resulterer i design af offentlige rum med åbne pladser og brede passager, hvor gangbesværede i højere grad har brug for støttepunkter og siddepladser (Scharlach 2011).

Derfor handler en del af udfordringerne om at studere,

hvordan det fysiske og sociale rum indvirker på aldringsprocesser og –forståelser, og muliggør og begrænser aktiviteter, samt hvordan de ældre aktivt navigerer mellem muligheder og forhindringer i disse rum, og mellem både fysiske, sociale og kulturelle kontekster (Scharlach 2009: 8).

”There are many of us that do not want to be maintained and monitored. We want to belong, not only to each other, with whom we may have only one common denominator, age, but to society in general. We want to be ‘just like everyone else’.”

(Leitch, 2009: 66)

Hvad er sund aldring?

En af ambitionerne bag forskningsprojekterne er at skabe aldringsbilleder, som ikke er baseret udelukkende på de dominerende aldringsdiskurser, og derfor udpeges en række alternative aldringsdimensioner (Lehning, Chun & Scharlach 2007):

Nr. 3: Aldringsvenlige fællesskaber



- **Continuity:** Ofte er der ikke overensstemmelse mellem selvpfattelsen og den fysiske fremtræden og formåen, og man konflikter opstår mellem ønsker og evner. Der skal skabes mulighed for at kunne vedligeholde interesser og aktiviteter, på trods af oplevelsen af aldring.
- **Compensation:** At være i stand til at kompensere for de aldersbetingede fysiske ændringer, gennem optimering og selektivitet af handlemåder, og vha. hjælpemidler.
- **Connection:** Individuer med godt socialt netværk og støtte har bedre fysisk og mentalt velvære. Med alderen bliver sociale relationer meget vigtige, især de længerevarende, og man investerer mere i de relationer, man har, frem for at søge nye.
- **Contribution:** Med alderen reduceres ens muligheder for at føle sig nyttig og produktiv i samfund og fællesskab. De muligheder, der er, bliver vigtigere. De ældre ønsker ikke bare at være klienter eller passive modtagere af tjenesteydelser, men at bidrage aktivt til fællesskaber.

- **Challenge:** Alle kroppens funktioner har brug for udfordringer og stimulering; vedligeholdelse af kroppen skaber større funktionsevne, derfor skal fællesskaberne byde på muligheder for forskellige former for aktivering

Eksempler på aldringsvenlige løsninger, som er blevet studeret som del af Berkeley-forskningen:

Caregiver websites

En række websites, drevet af private firmaer, danner fora for udveksling af erfaringer, beretninger, støtte m.m. for ældre såvel som plejere/pårørende til ældre. Eks: www.strengthforcaring.org

Virtual Villages

Virtuelle netværk i græsrodsform, baseret på virkelige naboskaber, der forener praktisk hjælp – indkøb, rengøring, transport m.m. – med sociale aktiviteter, med henblik på at gøre folk i stand til at blive længere i deres eget

hjem, gennem at engagere dem i nærområdets udvidede naboskab.

<http://www.beaconhillvillage.org/>

Community Ambassadors Program

Ressourcestærke ældre bliver uddannet som frivillige ambassadører mellem religiøse og kulturelle grupper. Eks: www.tceonline.org

”Creating physical spaces and devices to meet needs is not enough. A high quality of life for older adults also requires the support of the entire community – and a different view of aging.”

(Scharlach 2009:4)

Litteratur

Castle, Nicolas, et al: Aging-Friendly Health and Long-Term-Care Services. In: Scharlach,

Nr. 3: Aldringsvenlige fællesskaber



Andrew (guest editor):
Generations. Journal of the American Society on Aging.
Volume 33 no. 2. 2009. Pp. 44-50.

Lehning, A., Chun, Y., & Scharlach, A. (2007). Structural barriers to developing 'aging-friendly' communities. Public Policy & Aging Report, 17, 15-20.

Leitch, Anne (2009): On creating Aging-Friendly Communities from a Member of the 'Target Population'. In: Scharlach, Andrew (guest editor): *Generations. Journal of the American Society on Aging.* Volume 33 no. 2. 2009. Pp 66-68

Manheimer, Ronald: Creating Meaningful Senior-Friendly Spaces. In: Scharlach, Andrew (guest editor): *Generations. Journal of the American Society on Aging.* Volume 33 no. 2. 2009. Pp. 60-65

McWhinney-Morse (2009): Beacon Hill Village. In: Scharlach, Andrew (guest editor): *Generations. Journal of the American Society on Aging.* Volume 33 no. 2. 2009.p. 85-86.

Scharlach, Andrew (2011)"Healthy Aging and Long-Term Care in the United States - Creating Aging-Friendly Communities ".
Gæsteforelæsning ved Center For Sund Aldring d. 6. Juni 2011, af Andrew

Scharlach, Ph.D., Center for the Advanced Study of Aging Services, University of California at Berkeley.

Scharlach, Andrew (2010): Compendium of Community Aging Initiatives. Center for the Advanced Study of Aging Services, School of Social Welfare, University of California at Berkeley.

Scharlach, Andrew (2009): Creating Aging-Friendly Communities. Why we must have good places to grow old. In: Scharlach, Andrew (guest editor): *Generations. Journal of the American Society on Aging.* Volume 33 no. 2. 2009. Pp. 5-11.

<http://cssr.berkeley.edu/>

<http://agingfriendly.org/index.htm>

