



Diakonhjemmet

Prosjekt:

Senter for livslang læring (SLLL)

## Eldre 60 +

Vi ønsker å levendegjøre kunnskap om kropp og sjel, tilhørighet og trygghet, kunst og kultur.

Forskning viser at eldre personer som deltar i kontinuerlige læringsprosesser har bedre fysisk og psykisk helse. De opplever en større mening og tilfredshet med livet.

Diakonhjemmet og VID, er opptatt av helhetlig omsorg. Et godt nettverk skaper samspill mellom kropp, sjel, mentale funksjoner og relasjoner.

Vi ønsket å bygge på det som gjør Diakonhjemmet annerledes enn andre institusjon. Målet er å inspirere, formidle tilhørighet, trygghet, kunst og kultur.

# Kurs 1: Familiedynamikk for besteforeldre

Sted: Senter for Livslang læring – Stiftelsen Diakonhjemmet.

Tid: Fire onsdager fra kl. 16-18, (5, 12. og 26. februar og 4. mars 2020.

I auditorium AU17, Diakonveien 14.

**Påmelding:** [liv.wergeland.sorbye@vid.no](mailto:liv.wergeland.sorbye@vid.no) Deltakeravgift kr. 500 betales ved oppmøte

## Tema

I dag har besteforeldre mange muligheter til å kunne berike barnebarnas oppvekst. Men ikke bare det, besteforeldre vil kunne bistå egne voksne barn med støtte og overskudd i deres utfordringer med å være foreldre. Besteforeldrerollen gir også anledning til å ta igjen tapte muligheter fordi barnebarna, for mange besteforeldre, kan representere en ny anledning til å være de foreldrene de selv ikke hadde tid til eller energi til å være, da egne barn vokste opp. Men når og hvordan kan besteforeldre best engasjere seg?

Kurset søker å belyse følgende problemstillinger:

- Hvordan forstå besteforeldre rollen i et familieutviklings- og relasjons perspektiv?
- Hvilket handlingsrom har besteforeldre i forhold til oppdragelse av barnebarn?
- Hva kan besteforeldre si og gjøre i forhold til barnebarna som foreldre ikke kan?
- Fins det noen begrensninger på hva besteforeldre kan si, gjøre eller blande seg bort i når det gjelder barnebarn, svigersønner/døtre, egne voksne barn?

## Pedagogisk opplegg

Kurset er pedagogisk basert på et deltaker aktivt læringsopplegg. Til hver kursgang vil det være en innledning til tema som deretter diskuteres i klasserommet i smågrupper og plenum. Det vil også bli brukt enkle øvelser og kartleggings verktøy. Klassestørrelse er således begrenset til 10-20 deltakere.

Sentrale tema:

05.02: «Besteforeldre rollen sett i et familiesyklus og relasjonsperspektiv».

Utviklingsperspektivet: Om overganger og forandringer: Hva er mine forestillinger om å være besteforelder?

12.02: Min familie nå- hva er den? Hva består den av? Bruk av enkel metode til kartlegging av familien (hjemmelekse). Familiefortellinger: hvilke fortellinger dominerer i min familie, hvilke ønsker jeg å videreformidle?

26.02: Barnebarnets verden; se gjennom barnets eller besteforeldrenes øyne?

Hvordan utvikle kontakten? Hva kan vi gjøre sammen? Ideer og forslag.

04.03: 10 råd til besteforeldre: Hvilke er viktige for meg?

Kurs oppsummering og evaluering.

## Litteratur

Per Jensen (2009): Familiesyklusteori, Kap 7. I Per Jensen: Ansikt til Ansikt. Oslo: Gyldendal 2009

Marshall P.Duke & Robyn Fivush: The stories that bind us: What are the 20 questions?

Huffington Post 23. March, 2013.

Nettsteder: [www.besteforeldre.no](http://www.besteforeldre.no); [www.foreldrehverdag.no](http://www.foreldrehverdag.no)

## Kursholdere

Morten Skjørshammer, psykolog, tidligere 1. amanuensis i psykologi på Diakonhjemmet Høyskole og sykehusdirektør på Diakonhjemmet. Nå emeritus på VID og engasjert i arbeidet med å utvikle Senter for Livslang Læring på VID. Per Jensen har vært ansatt på VID i en årrekke og har skrevet flere bøker om relasjoner mellom familiemedlemmer.