

# Rammeverket Act, Belong, Commit - nyttig ved endringsprosesser?

Et meningsfullt samarbeid mellom  
Bachelorutdanning i fysioterapi, HVL og  
Dale Oen Academy, Øygarden

Helga Kristin Kaale, 1. lektor HVL

Irene-Charlotte Fjell Kjønnørød, lektor HVL

Kjetil Nordås, Rektor Dale Oen Academy

Folkehelsekonferansen 24.10.24



Høgskulen  
på Vestlandet

DALE  EN  
ACADEMY

## Emne: Helsefremmende og forebyggende arbeid

- Arbeidshelse
- Folkehelse

## Reelle folkehelseprosjekt:

- Studentgrupper samarbeider med
- Eksterne aktører, offentlig og privat ideell sektor
- Om deres utviklingsønske
- Som kan handle om: faglig forankring av praksis
- Skriftlig rapport. Produkt. Seminar.

## Studentgruppen:

Jacob Arntsen  
Martine Minde Fyhn  
Adina Bo Larsen  
Julia Fanebust Paulsen  
Sigrid Selås Stavang  
Peder Solberg Aakvåg

## Veileder: Lektor

Irene- Charlotte Fjell Kjønerød

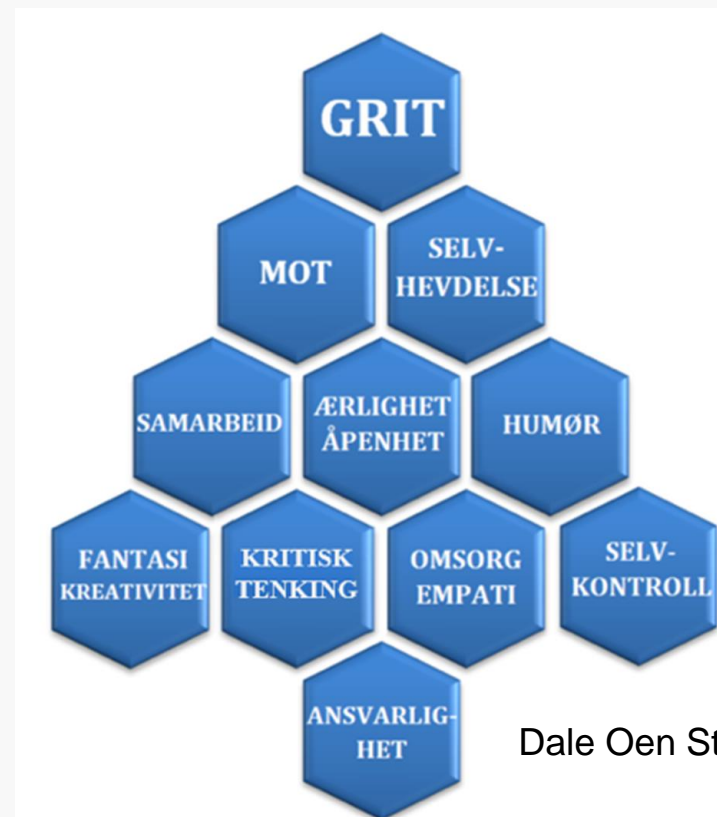
## «Vi gir ikke karakter. Vi bygger karakter»

### Livsforandrende mestringsår

- For ungdommer / oppdagere 15-20 år
- Som ønsker å modnes
- Og bli bedre rustet til å mestre hverdagen

### Gjennom å ta utfordringer som reflekteres over

- Bygger personlige ressurser (karakter)
  - Gjennom å teste grenser
  - Lære nye ferdigheter
  - Opplive glede
  - Nå personlige mål



Dale Oen Stiftelsen, 2024

«Varig sosial bærekraft!»

# Problemstilling: Kan rammeverket Act Belong Commit bidra til utvidet forståelse av Dale Oen Academy sitt endringsarbeid med ungdom?

Kvalitativ pilotstudie.

Feltarbeid April - mai 2023

Studentene deltok i

- dagliglivs situasjoner
- spesielle aktiviteter

Observasjon av - og intervju med ungdommene

Samtaler med akademiets ansatte

Empiristyrte innholdsanalyse

Diskutert opp mot rammeverket ABC



**Mentally Healthy WA**

[Home - Act Belong Commit | Promoting Positive Mental Health in WA](#)

# Ungdommenes utgangspunkt; data fra intervju

## Funn:

Ungdommenes bakgrunn har mange fellestrekk:

De har slitt med skolen, venner, motivasjon, oppvåkning om morgenen. Noen har slitt med rusmisbruk, og noen med mobbing.

## Refleksjon:

Man kan kanskje si at ungdommene hadde for lite positiv Act, Belong, Commit i livene sine?

## Aktivitetene - data fra observasjon, illustrert

Fun:

Variasjon

Utfordring

Felleskap

Engasjement

Mestring

Refleksjon:

Aktiviteter med mye BC, men også flere element.



Dale Oen Stiftelsen, 2024



# Arbeidsprosessen - data fra intervju og feltsamtaler:

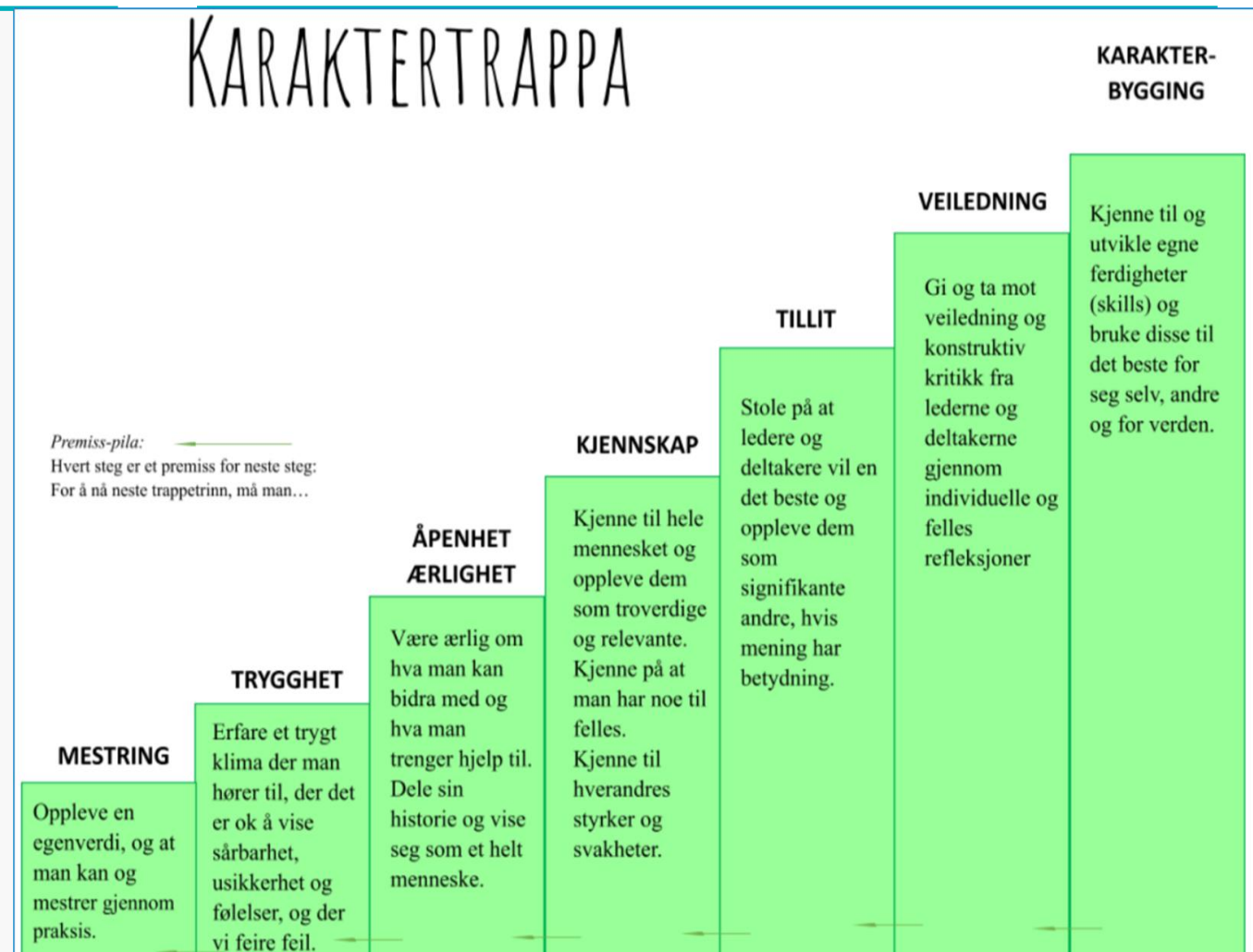
## Funn:

Arbeidsprosessen følger en karaktertrapp, hvor hvert trinn har et fokus som bygges inn i aktivitet og refleksjon, og er en premiss for neste trinn.

## Refleksjon:

Det kan se ut som at Commit, og spesielt Belong, er representert i alle trinnene.

Trinnene representerer også andre faktorer enn ABC.



# Endringen - data fra intervju og feltsamtaler:

Funn:

Ungdommene sier de har lært:

- Viktigheten av gode venner.
- At de er tøffere enn de trodde.
- At det går an å komme seg gjennom vanskelige dager på en helt annen måte enn før.

De ansatte har målt en signifikant endring i:

- Selvbilde
- Fremtidstr,
- Mestringsforventning
- Lykkefølelse

Refleksjon:

Det kan se ut som ungdommene har opplevd Belonging, mens de gjorde Activities, som de hadde- eller utviklet Commitment for.

Som igjen har endret deres holdning til livet.



Dale Oen Stiftelsen, 2024



## Konklusjon

Rammeverket Act, Belong, Commit bidrar til utvidet forståelse av Dale Oen Academy sitt endringsarbeid med ungdom.

Det trengs flere teoretiske rammeverk enn ABC for å fange kompleksiteten i Dale Oen Academy sin arbeidsmåte.



Mentally Healthy WA

## Refleksjoner:

- Act, Belong, Commit er egnet også
- ved lengre endringsprosesser, og ikke bare ved kampanjer.
  - når målsettingene er enda mer sammensatt enn bedre psykisk helse.

[Home - Act Belong Commit | Promoting Positive Mental Health in WA](#)

# Takk for oppmerksomheten?



Høgskulen  
på Vestlandet

**DALE OEN**  
ACADEMY

HØGSKULEN PÅ VESTLANDET  
Bachelorutdanning i fysioterapi  
HELGA KRISTIN KAALE  
E: [hkk@hvl.no](mailto:hkk@hvl.no) . M: +472 53 831

DALE OEN ACADEMY - VEST  
KJETIL NORDÅS  
E: [kjetil@daleoen.com](mailto:kjetil@daleoen.com)  
M: +47 944 46 600

DALE OEN STIFTELSEN  
SØLVI FJELD BJORØY  
E: [solvi@dagleoen.com](mailto:solvi@dagleoen.com)  
M: +47 971 30 062

