BIBLIOTEKER FREMMER TRIVSEL

Agenda

- Kort oprids af undersøgelsen *Biblioteker fremmer trivsel*
- Hvilket billede tegner undersøgelsen af biblioteket som trivselsrum?
- Hvilken værdi har biblioteket for borgerne og deres mulighed for at leve gode liv?



BIBLIOTEKER FREMMER TRIVSEL

Et samarbejde mellem Holstebro Bibliotek, Viborg Bibliotekerne, Randers Bibliotek samt Hans Henrik Knoop fra Aarhus Universitet og Det nationale videnscenter for positiv psykologi.

Projektledelse: Mai Kordelin Paulsen, Randers Bibliotek

Støttet af Slots- og Kulturstyrelsen

Mål for projektet

At skabe et vidensgrundlag om biblioteker som trivselsaktør

At kunne operationalisere dette vidensgrundlag til et bedre bibliotekstilbud for flere

At bidrage til at imødegå den stigende mistrivsel i samfundet



Projektets undersøgelsesspørgsmål

Hvordan og hvorfor fremmer biblioteker trivsel?



Projektets teori og metode

Projektet er gennemført som **aktionsforskning** med lektor Hans Henrik Knoop fra Aarhus Universitet som forskningsfaglig partner.

Undersøgelsen har teoretisk forankring i **positiv psykologi**.

Der er anvendt **mixed methods**, hvor kvantitative og kvalitative metoder tilsammen har belyst både **hvordan og hvorfor biblioteker fremmer trivsel**.



Resultat

Biblioteket træder frem som et **trivselsøkologisk system**, hvor flere forskellige funktioner og kvaliteter spiller sammen og understøtter menneskers trivsel.

Hvilket billede tegner undersøgelsen af biblioteket som trivselsrum?

Psykologisk tryghed	Man føler sig velkommen, accepteret og tryg.
Mental ro og fordybelse	Et frirum fra tempo, støj og præstationskrav.
Fællesskab uden forpligtelser	Man kan være sammen med andre uden hæmmende krav.
Læring og personlig udvikling	Plads til nye interesser, perspektiver og udvikling på egne præmisser.
Anerkendelse og nærvær	Medarbejdernes varme og faglighed får mennesker til at føle sig set.
Små oplevelser med stor betydning	Bibliotekets arrangementer giver energi, mening og livsmod.
Lavt pres – høj værdi	Fri adgang uden krav om køb, præstation eller særlig social status.

Biblioteket som frirum, mulighedsrum og trivselsrum

FRIRUM	På biblioteket kan mennesker være uden at skulle præstere, forbruge eller forklare sig.
MULIGHEDSRUM	På biblioteket kan mennesker lære, udvikle sig, finde inspiration og indgå i fællesskaber på egne præmisser.
TRIVSELSRUM	På biblioteket understøttes grundlæggende menneskelige behov for tryghed, samhørighed, mening og personlig udvikling.

Hvilken værdi har biblioteket for borgerne og deres mulighed for at leve gode liv?

MENNESKELIG TRIVSEL	Tryghed, ro, fællesskab, mening, læring og personlig udvikling. Det styrker mulighederne for at have det godt og fungere godt.
SOCIAL VÆRDI	Relationer og fællesskaber. Åbne og inkluderende mødesteder, der kan mindske social isolation, skabe tilhørsforhold og give flere mulighed for at deltage i samfundslivet.
LIGE ADGANG	Mulighed for at deltage uden økonomiske eller sociale barrierer.
LÆRING OG MESTRING	Viden, personlig udvikling og tro på egen handleevne.
FOREBYGGENDE POTENTIALE	Et trygt holdepunkt ved ensomhed og livsovergange.

Bibliotekets forebyggende potentiale bør undersøges nærmere, men…

Sociale relationer

Uforpligtende fællesskaber kan modvirke isolation og give mennesker et sted at høre til.

Ro og mestring

Tryghed, fordybelse og læring kan styrke menneskers overskud og handlemuligheder.

Fodfæste i livsovergange

Et åbent og ikke-stigmatiserende holdepunkt ved fx sygdom, ledighed og pensionering.

Opsummerende

Biblioteket styrker tillid, tilhørsforhold og forbindelser mellem mennesker.

I en tid, hvor ensomhed, social ulighed og polarisering udfordrer vores fællesskaber, tilbyder biblioteket noget særligt: Et åbent, ikke-kommercielt, allerede eksisterende rum, hvor mennesker mødes på tværs af sociale og kulturelle skel, og hvor alle kan deltage på egne præmisser.

Biblioteket understøtter kulturel og demokratisk deltagelse.

Gennem lige adgang til viden, kultur, læring og fælles oplevelser skaber biblioteket muligheder for deltagelse og personlig udvikling. Det kan styrke borgernes forudsætninger for at orientere sig i samfundet, møde andre perspektiver og engagere sig i fælles anliggender.

Tak for jeres tid!