

EVALUERING

LÆR AT TACKLE HVERDAGEN SOM PÅRØRENDE

NATIONAL OPGØRELSE OVER KURSISTER, DER HAR DELTAGET I KURSET LÆR AT TACKLE HVERDAGEN SOM PÅRØRENDE I 2020.



Indhold

1. Indledning	3
2. Sammenfatning	5
3. Kursisternes baggrund	6
4. Selvvurderet udbytte af og tilfredshed med kurset	15
5. Praktiske forhold	25
6. Fravær	27
7. Forventninger til og generel tilfredshed med kurset	29

1. Indledning

I 2020 udbød 30 af landets kommuner *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* til deres borgere. Der blev afholdt 36 (hele) kurser i årets løb – nogle blev afholdt som fysiske kurser og andre som fjernundervisning på en online platform (fx Skype, Teams eller Zoom) grundet Covid-19. 295 borgere deltog på disse kurser – dvs. gennemsnitligt ca. 10 kursister pr. kursus. 242 af kursusdeltagerne var med på 4 eller flere kursusmoduler (ud af kursets 7 moduler) og betragtes derfor som ”gennemførte kursister”. De resterende 53 kursister var med på 3 eller færre kursusmoduler og betragtes derfor som ”frafaldne kursister”. Gennemførselsprocenten på kurset *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* i 2020 er således 82 %.

Grundet Covid-19 måtte mange kommuner afbryde eller aflyse *LÆR AT TACKLE*-kurser i årets løb, da det i en stor del af tiden ikke var muligt at mødes fysisk. I 2020 måtte 19 af de igangværende *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*-kurser derfor afbrydes undervejs, og 14 kurser måtte aflyses inden de nåede at gå i gang. Der deltog 166 borgere på de kurser, der måtte afbrydes undervejs i forløbet.

Denne rapport er lavet på baggrund af de gennemførte kursisters evalueringer af kurset, som er foretaget via en spørgeskemaundersøgelse. Spørgeskemaerne er hovedsageligt blevet udfyldt i papirform af kursisterne efter hvert endt kursusforløb i 2020, og herefter indtastet i programmet SurveyXact. De kursister, der ikke har været til stede på sidste kursusmodul, har haft mulighed for at evaluere kurset elektronisk.

Der er udfyldt 167 spørgeskemaer fra gennemførte kursister og 9 spørgeskemaer fra frafaldne kursister. Dette svarer til en samlet svarprocent på 59,7 %. Svarprocenten for gennemførte kursister er 69 %, mens svarprocenten for frafaldne kursister er 17 %. Den lave svarprocent blandt frafaldne kursister skyldes, at de færreste heraf er til stede ved sidste kursusmodul, hvor spørgeskemaerne udfyldes. Eftersom der kun er 9 frafaldne kursister, der har udfyldt et spørgeskema, vil disse besvarelser ikke indgå i rapporten. En svarprocent på 17 % er ikke tilstrækkelig repræsentativ, hvorfor det ikke er meningsfuldt at afrapportere her.

Databehandlingen i denne rapport består af deskriptiv statistik. Det vil sige, at der benyttes simple frekvenstabeller i illustrationen af kursisters besvarelser. Frekvenstabellerne opsummerer procentdelene for hver svarkategori i et givent spørgsmål fra spørgeskemaet. Rapporten kan bl.a. bruges til at sammenligne nationale og kommunale tal.

Rapporten indledes med en kort sammenfatning af evalueringen af kurset *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*. Herefter følger et afsnit, der illustrerer kursisters baggrund. Afsnit 4 omhandler

kursisternes selv vurderede udbytte af og tilfredshed med kurset, afsnit 5 om praktiske forhold, afsnit 6 om fravær, og afslutningsvist afsnit 7 om forventninger til kurset samt kursisterne generelle tilfredshed med kurset.

Rapporten er udarbejdet af Komiteen for Sundhedsoplysning.

2. Sammenfatning

Evalueringen af kurset *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* viser, at kursisterne er karakteriseret ved følgende:

- 78,4 % er kvinder, og 21,6 % er mænd
- Den største aldersgruppe er 60-69 år. 34,7 % af kursisterne falder indenfor denne gruppe
- 5,4 % har anden etnisk baggrund end dansk
- 42,5 % har en mellemlang videregående uddannelse som senest afsluttet uddannelse
- 59,3 % af kursisterne er folkepensionister eller efterlønsmodtagere, og 16,2 % er i arbejde.

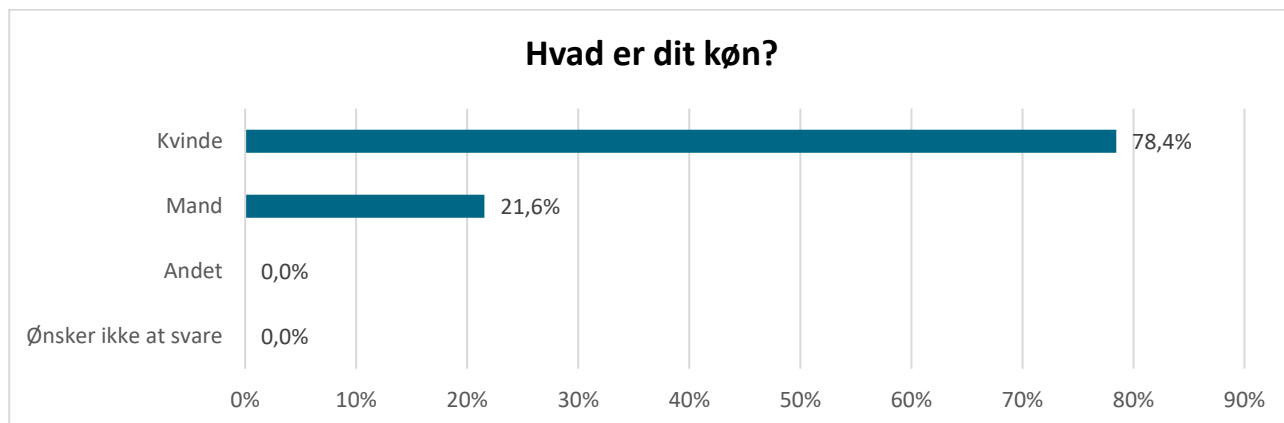
De gennemførte kursister er blevet spurgt om deres udbytte af og tilfredshed med kurset. Størstedelen af kursisterne er tilfredse med kurset og oplever, at de har fået stort udbytte heraf. Dette fremgår ved de spørgsmål, hvor kursisterne er blevet bedt om at vurdere en række udsagn om kurset. Fx angiver 84,4 %, at de er blevet mere opmærksomme på vigtigheden af at bede om hjælp, og 69,5 % angiver, at de er blevet bedre til at håndtere deres symptomer som følge af at være pårørende. Derudover meddeler 81,4 %, at de er blevet bedre til at passe på sig selv.

88,6 % af de gennemførte kursister angiver, at de samlet set har været tilfredse med kurset, og 91,6 % angiver, at det var tiden og kræfterne værd at deltage.

3. Kursisternes baggrund

Dette afsnit indeholder et overblik over de gennemførte kursisters baggrund – dvs. køn, alder, civilstand, etnisk baggrund, uddannelse og pårørendesituation.

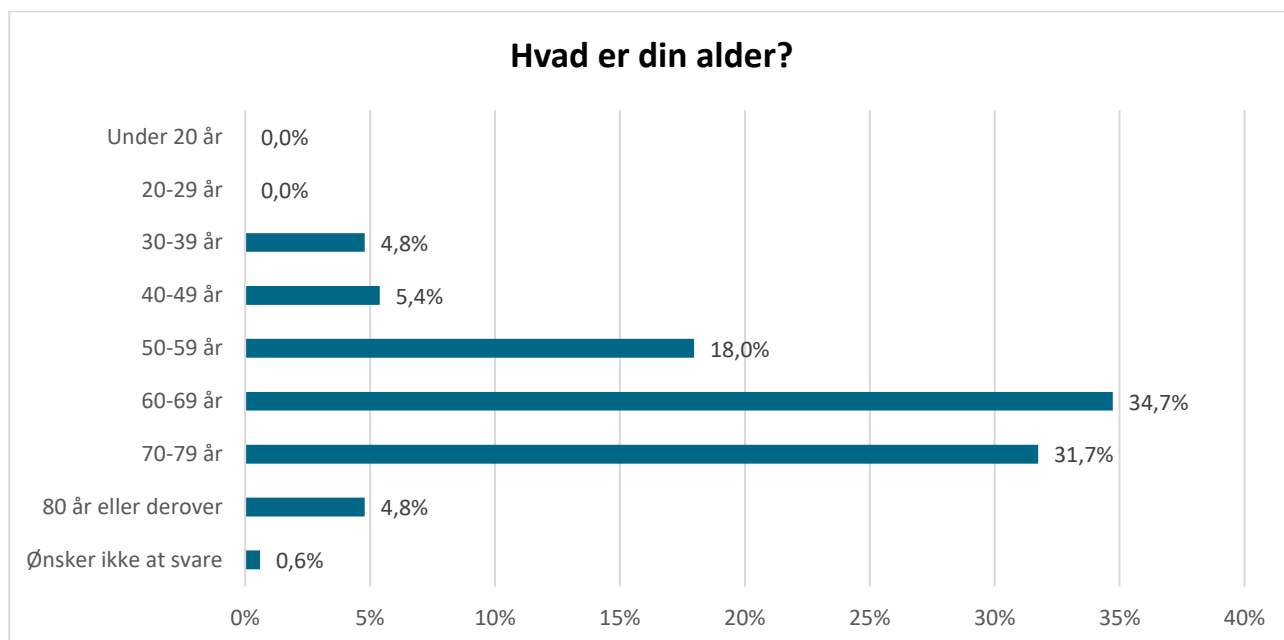
Figur 3.1. Køn



Gennemførte kursister (167 respondenter)

Størstedelen af de gennemførte kursister er kvinder svarende til 78,4 %, hvorimod 21,6 % er mænd.

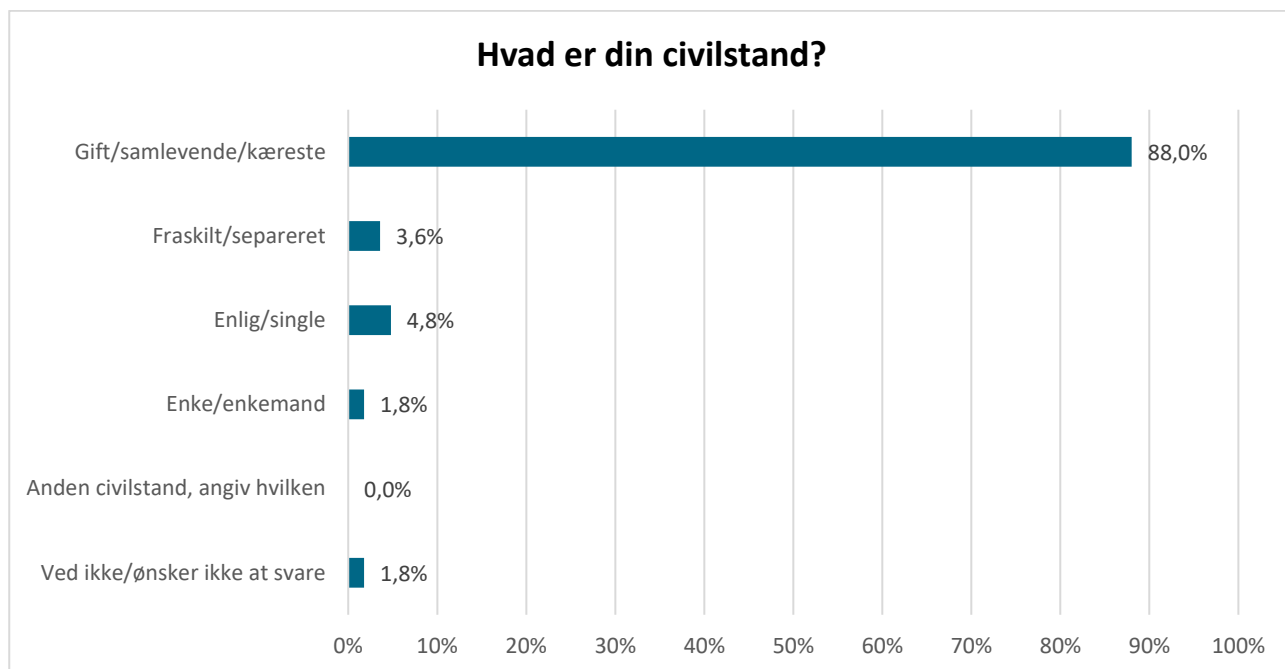
Figur 3.2. Alder



Gennemførte kursister (167 respondenter).

Den største aldersgruppe blandt de gennemførte kursister er 60-69 år (34,7 %). 89,2 % af kursisterne er over 49 år.

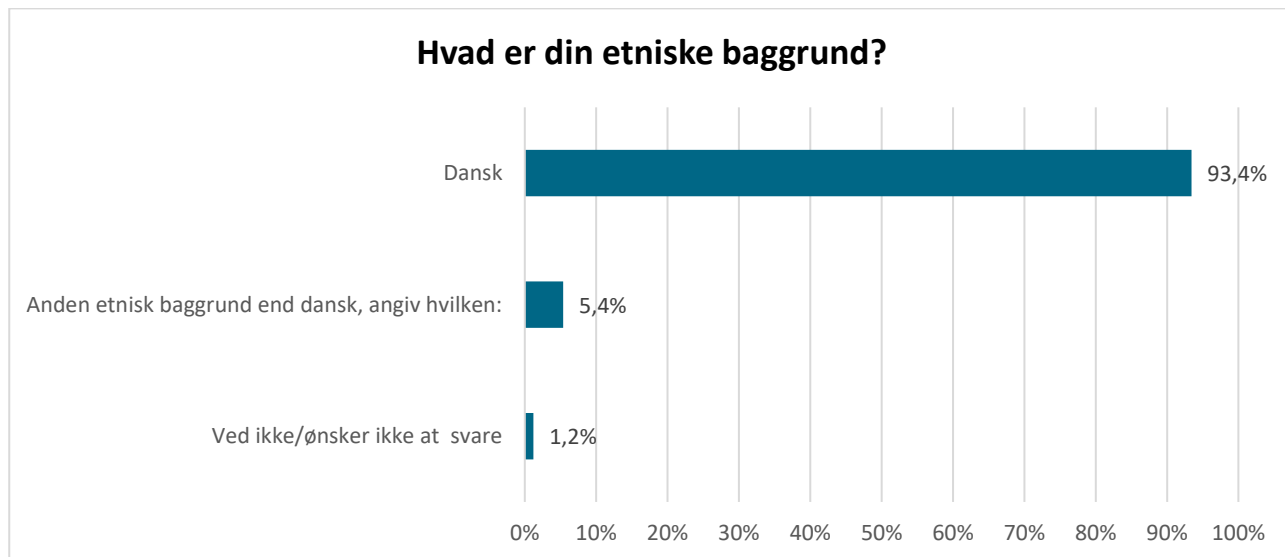
Figur 3.3. Civilstand



Gennemførte kursister (167 respondenter).

Størstedelen af de gennemførte kursister er gift eller samlevende, hvilket svarer til 88 % af kursisterne. 4,8 % er enlige eller singler, mens 3,6 % er fraskilte eller separerede.

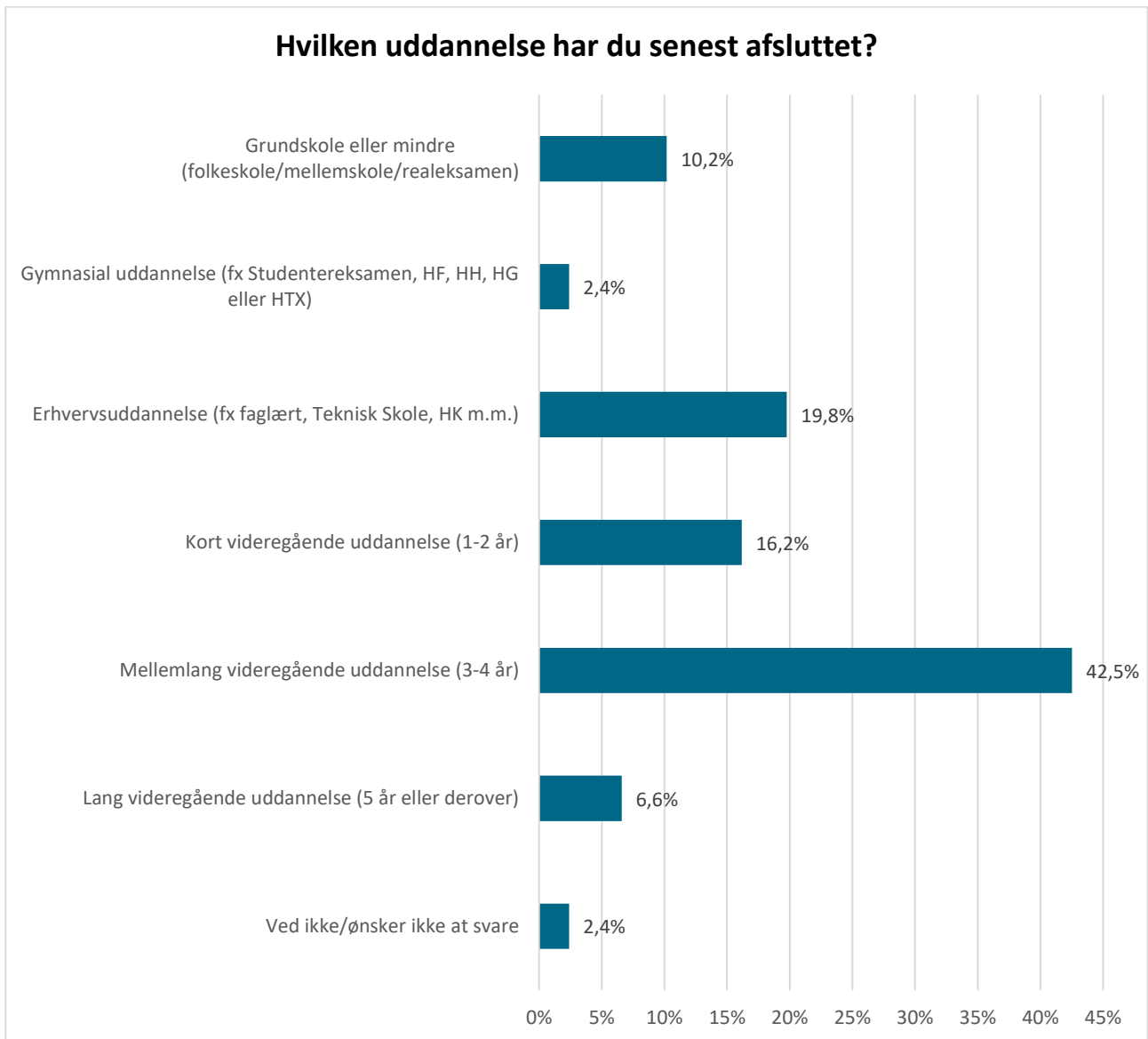
Figur 3.4. Etnisk baggrund



Gennemførte kursister (167 respondenter).

Størstedelen af de gennemførte kursister angiver dansk som etnisk baggrund (93,4 %).

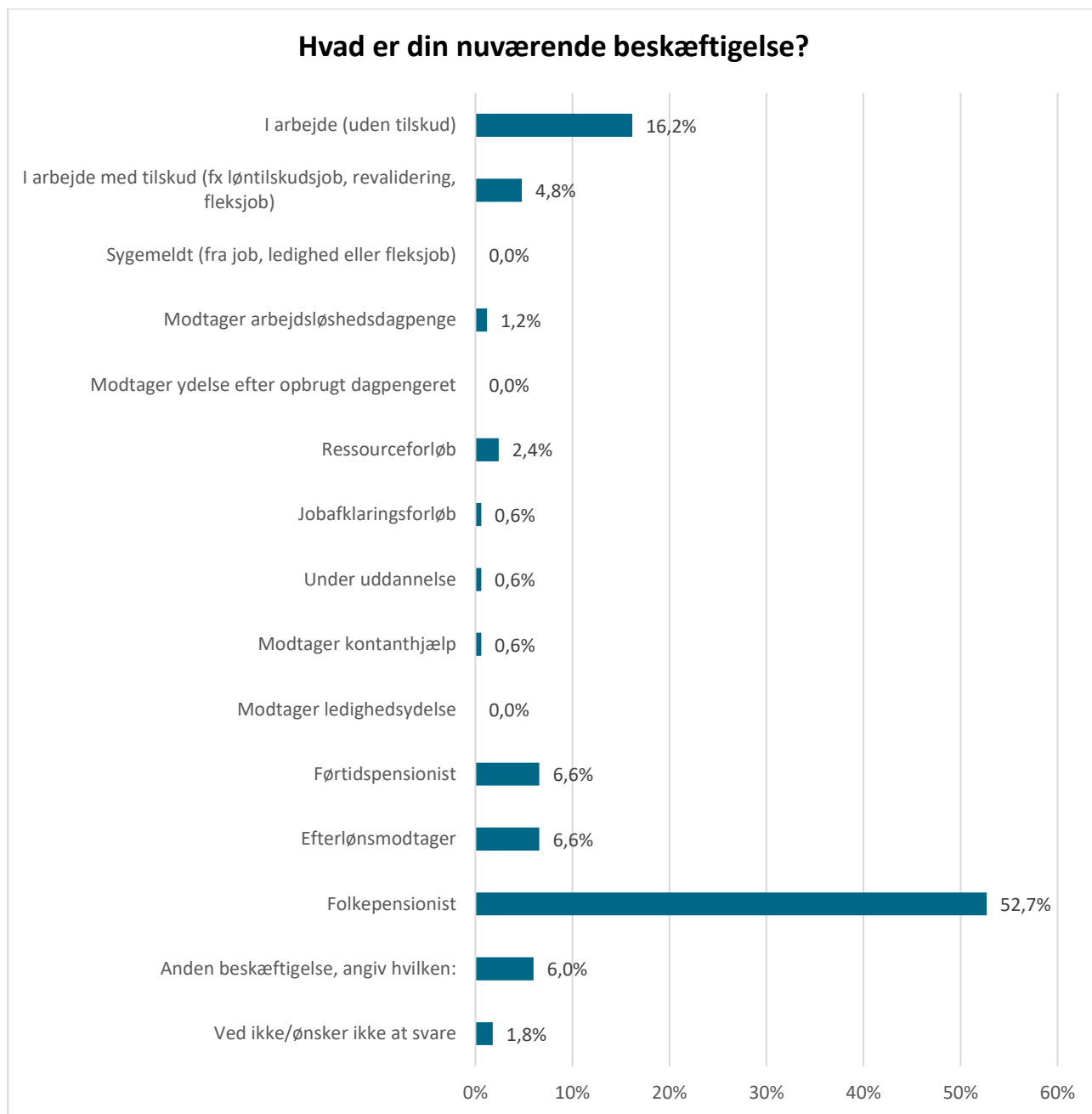
Figur 3.5. Uddannelse



Gennemførte kursister (167 respondenter)

De fleste gennemførte kursister har en mellemlang videregående uddannelse som senest afsluttet uddannelse (42,5 %). Herefter kommer erhvervsuddannelse (19,8 %) og kort videregående uddannelse (16,2 %).

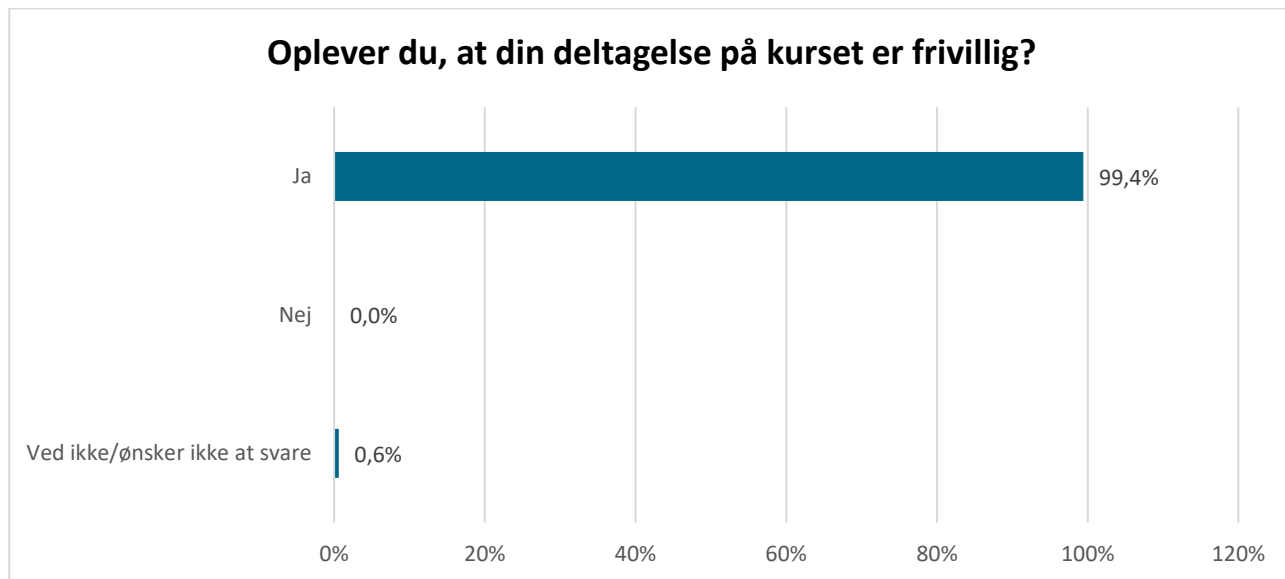
Figur 3.6 Beskæftigelse



Gennemførte kursister (167 respondenter)

52,7 % af kursisterne er folkepensionister, og 16,2 % er i arbejde. 10 kursister har svaret "Anden beskæftigelse", hvoraf flere angiver, at de er hjemmegående (30 %) eller selvstændige (20 %).

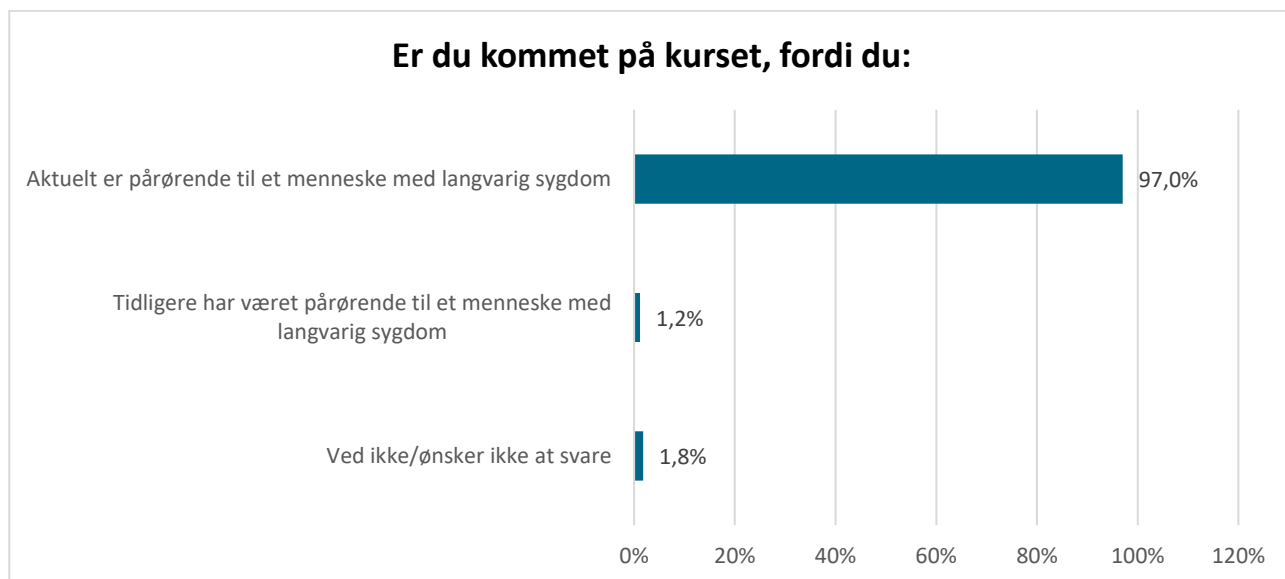
Figur 3.7. Frivillig deltagelse



Gennemførte kursister (167 respondenter)

99,4 % af kursisterne oplever, at de deltager frivilligt på kurset.

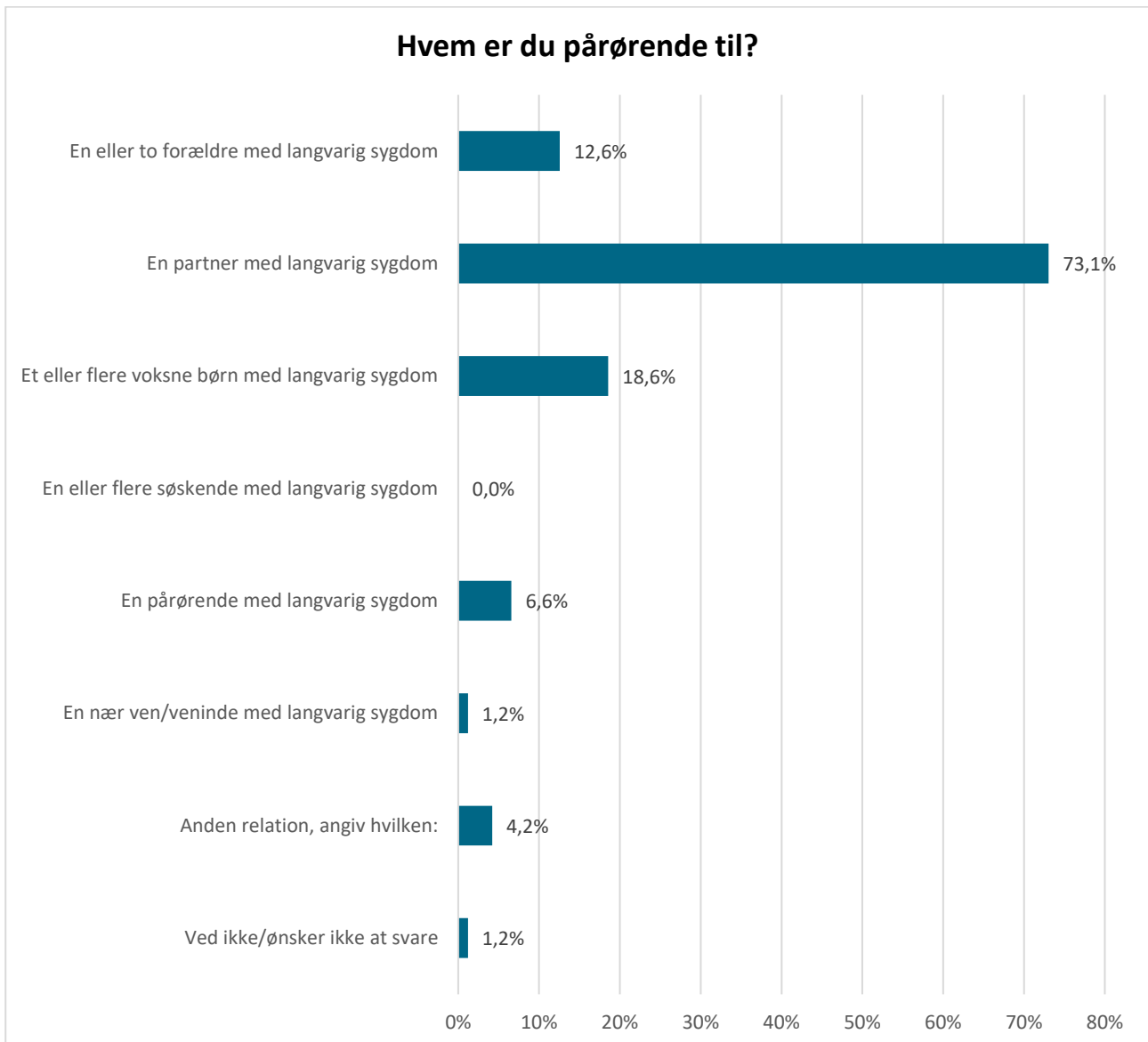
Figur 3.8. Årsag til deltagelse på kurset



Gennemførte kursister (167 respondenter)

Størstedelen af alle gennemførte kursister deltager på kurset, fordi de aktuelt er pårørende til et menneske med langvarig sygdom (97 %). 1,2 % af kursisterne har tidligere været pårørende til et menneske med langvarig sygdom.

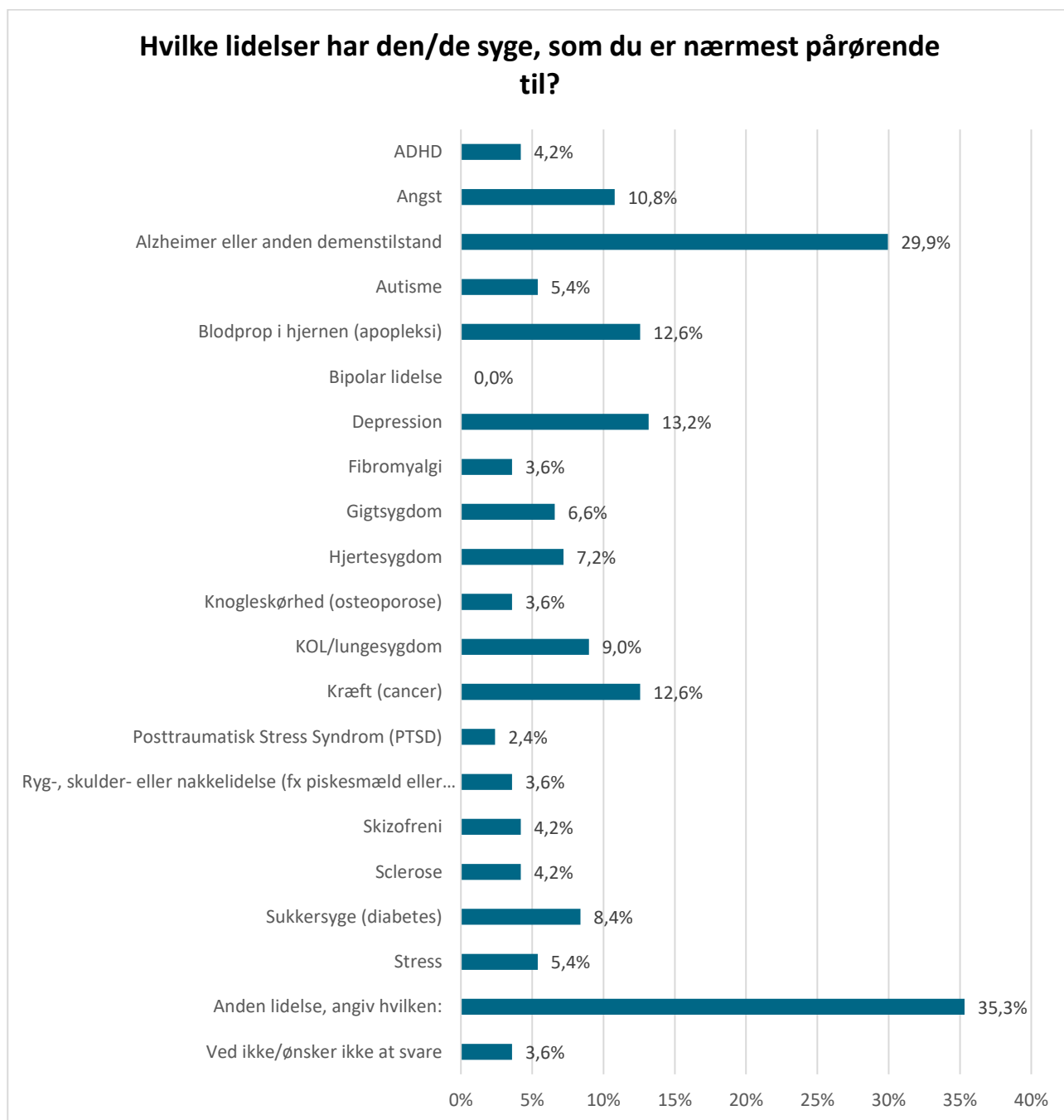
Figur 3.9. Pårørenderelation



Gennemførte kursister (167 respondenter).

Størstedelen af de gennemførte kursister er pårørende til en partner med langvarig sygdom (73,1 %). Næstflest er pårørende til voksne børn med langvarig sygdom (18,6 %), og dernæst er 12,6 % pårørende til forældre med langvarig sygdom.

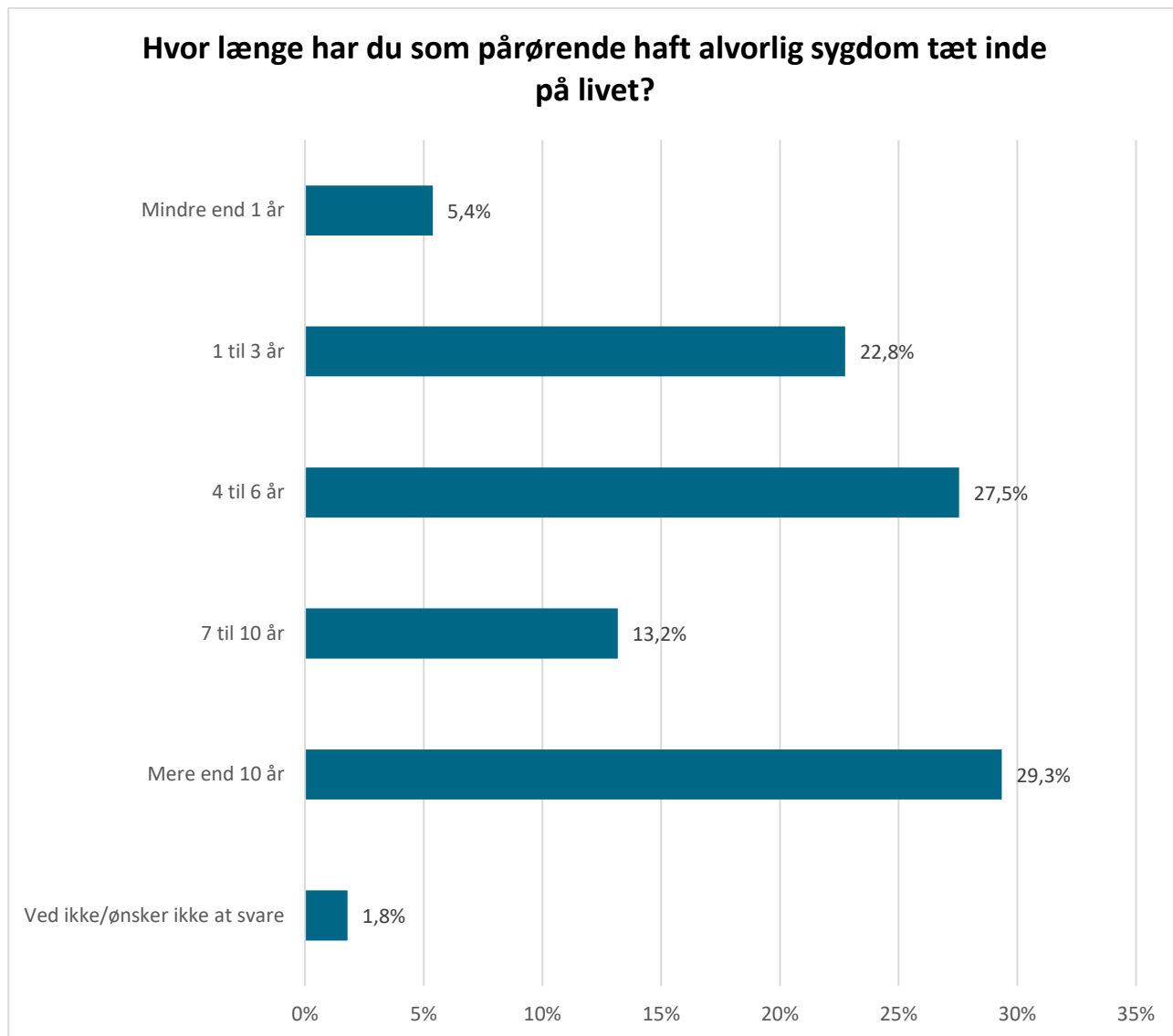
Figur 3.10. Den syges lidelse(r)



Gennemførte kursister (167 respondenter). Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svar.

29,9 % af kursisterne angiver, at de pårørende til en person med Alzheimer og/eller anden demenstilstand. Herefter angiver 13,2 %, at de er pårørende til en person med depression. 12,6 % er pårørende til en person, der er syg efter blodprop i hjernen, og ligeledes svarer 12,6 %, at de er pårørende til en person med kræft. De fleste har dog svaret "Anden lidelse" (59 kursister), hvoraf 45,8 % af disse kursister angiver Parkinson som den sygdom, deres nærmeste lider af. Ellers nævnes lidelser som epilepsi, hjerneskade og blindhed.

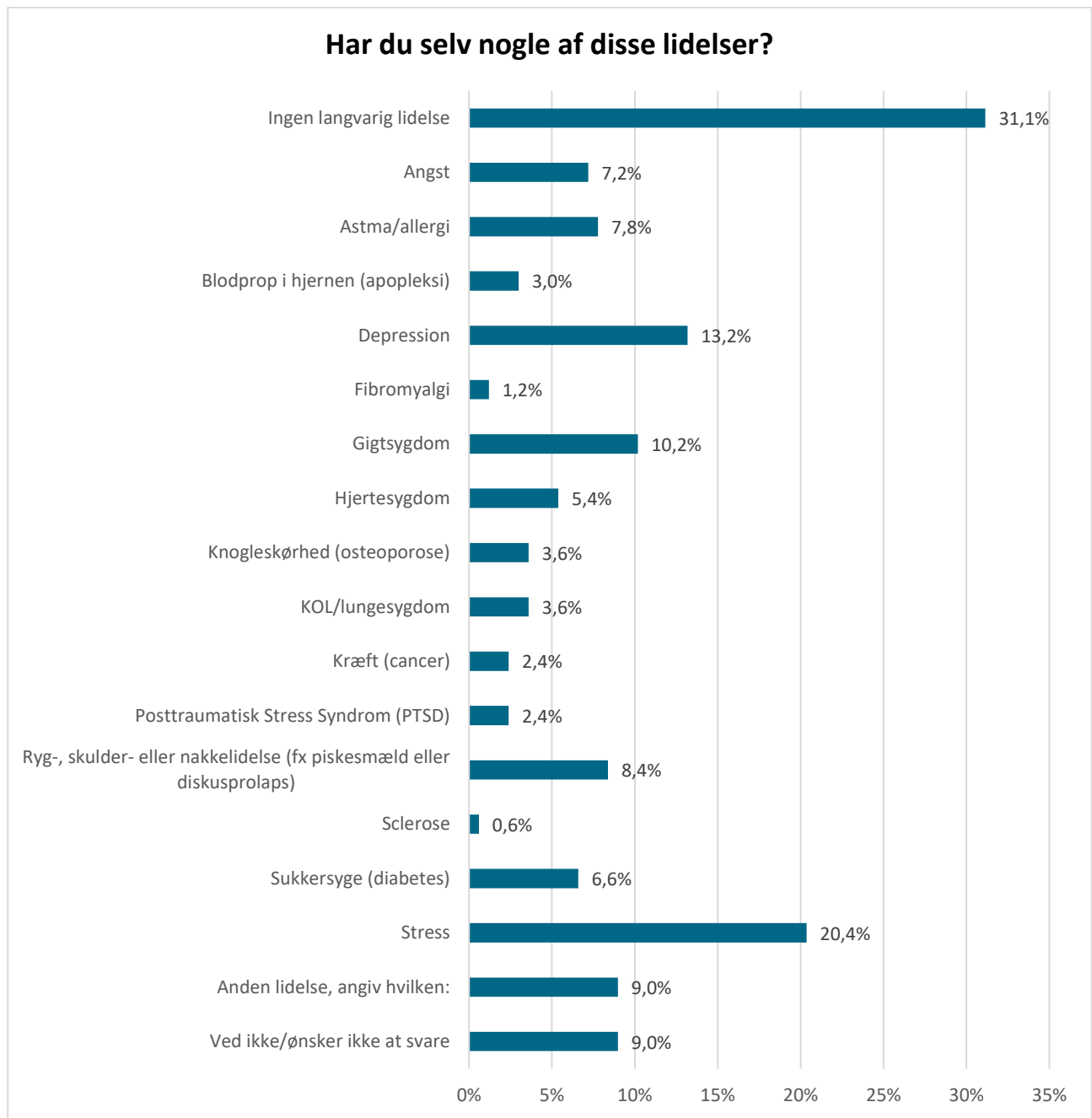
Figur 3.11. Varighed af pårønderolle



Gennemførte kursister (167 respondenter).

De fleste gennemførte kursister har haft alvorlig sygdom tæt inde på livet i mere end 10 år (29,3 %). 27,5 % har haft alvorlig sygdom tæt inde på livet i 4-6 år, og 22,8 % har haft alvorlig sygdom tæt inde på livet i 1-3 år.

Figur 3.12. Egen lidelse



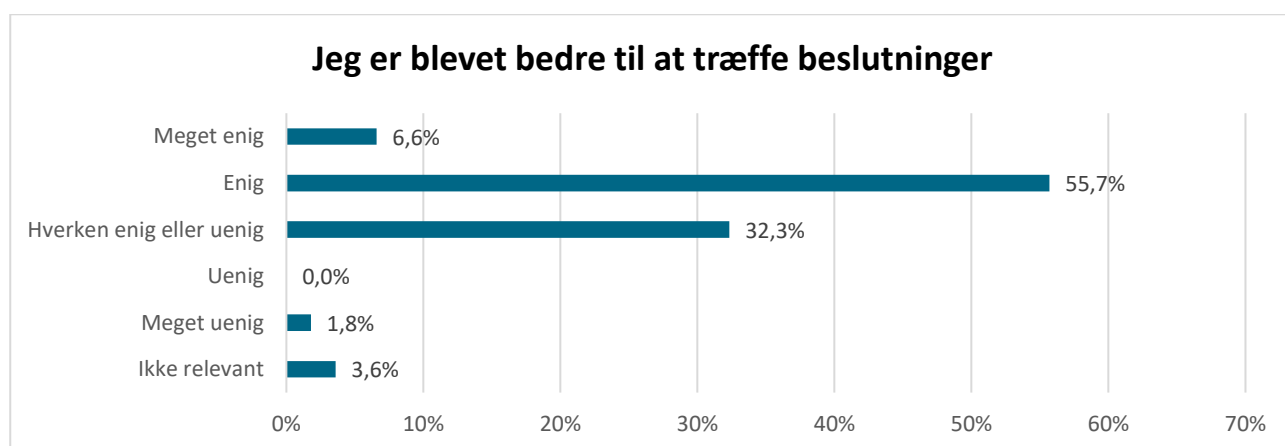
Gennemførte kursister (167 respondenter).

Størstedelen af kursisterne svarer, at de ikke har nogen langvarig lidelse (31,1 %). 20,4 % svarer, at de lider af stress, og 13,2 % svarer, at de lider af depression.

4. Selvvurderet udbytte af og tilfredshed med kurset

Alle gennemførte kursister er blevet bedt om at erklære sig enige eller uenige i 20 forskellige udsagn vedrørende deres selvopfattede udbytte af kurset samt deres tilfredshed med kursusforløbet. Dette er fx kursisternes vurdering af værktøjer og metoder på kurset eller deres tilfredshed med instruktørerne. Følgende afsnit indeholder et overblik over disse besvarelser.

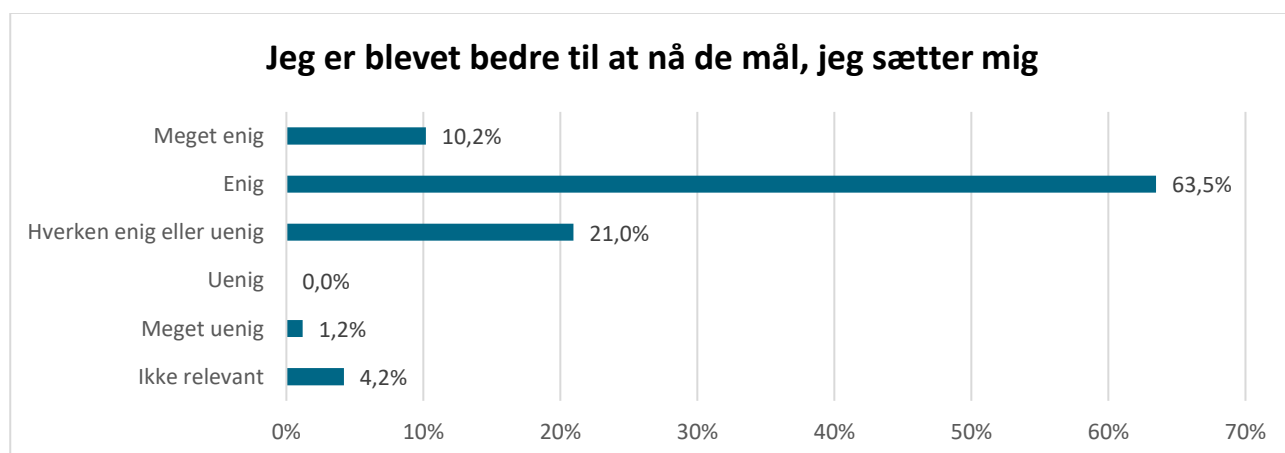
Figur 4.1.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

62,3 % af de gennemførte kursister er enige eller meget enige i, at de er blevet bedre til at træffe beslutninger. Ingen af kursisterne er uenige, men 1,8 % er meget uenige i udsagnet.

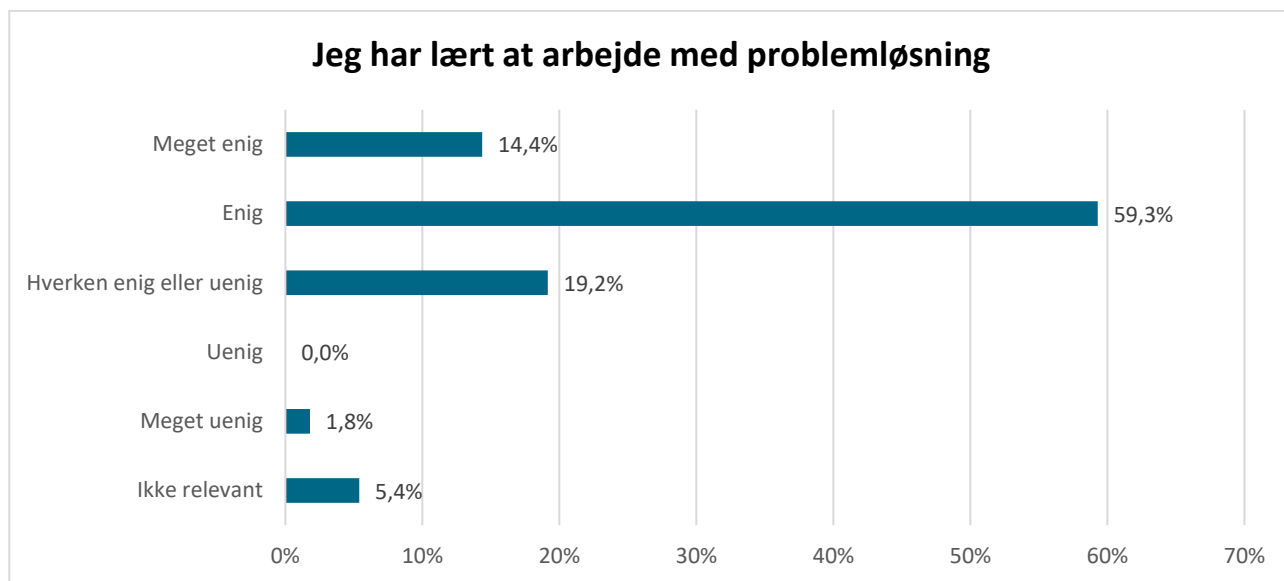
Figur 4.2.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

73,7 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de er blevet bedre til at nå de mål, de sætter sig. Ingen af kursisterne er uenige, men 1,2 % af kursisterne er meget uenige i udsagnet.

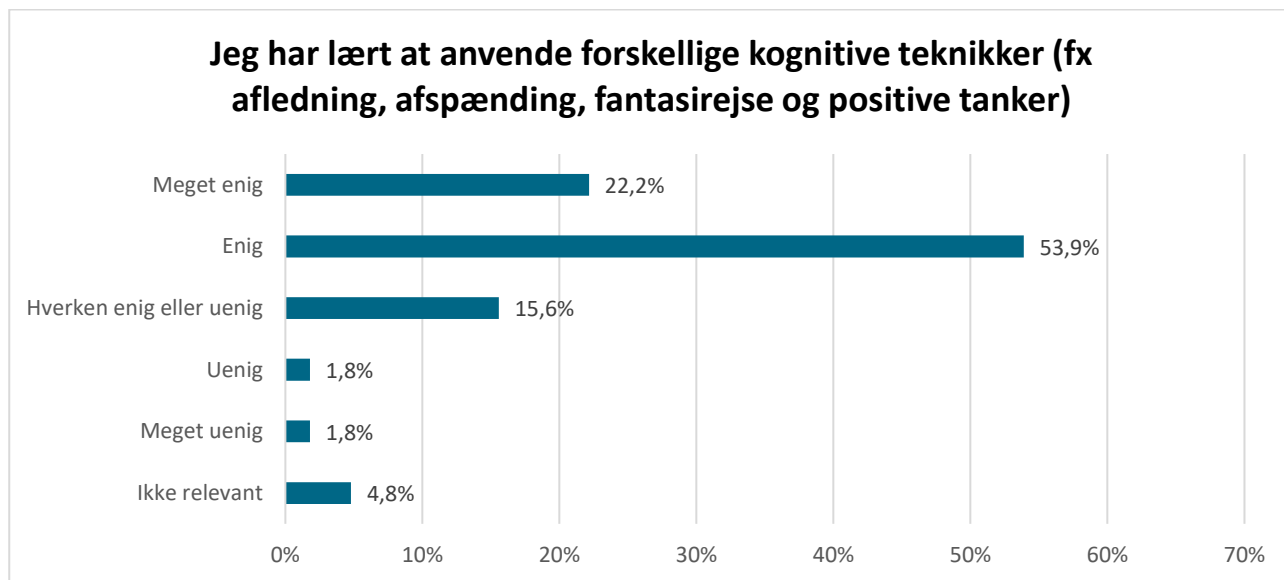
Figur 4.3.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

73,7 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de er blevet bedre til at arbejde med problemløsning. Ingen af kursisterne er uenige, men 1,8 % af kursisterne er meget uenige i udsagnet.

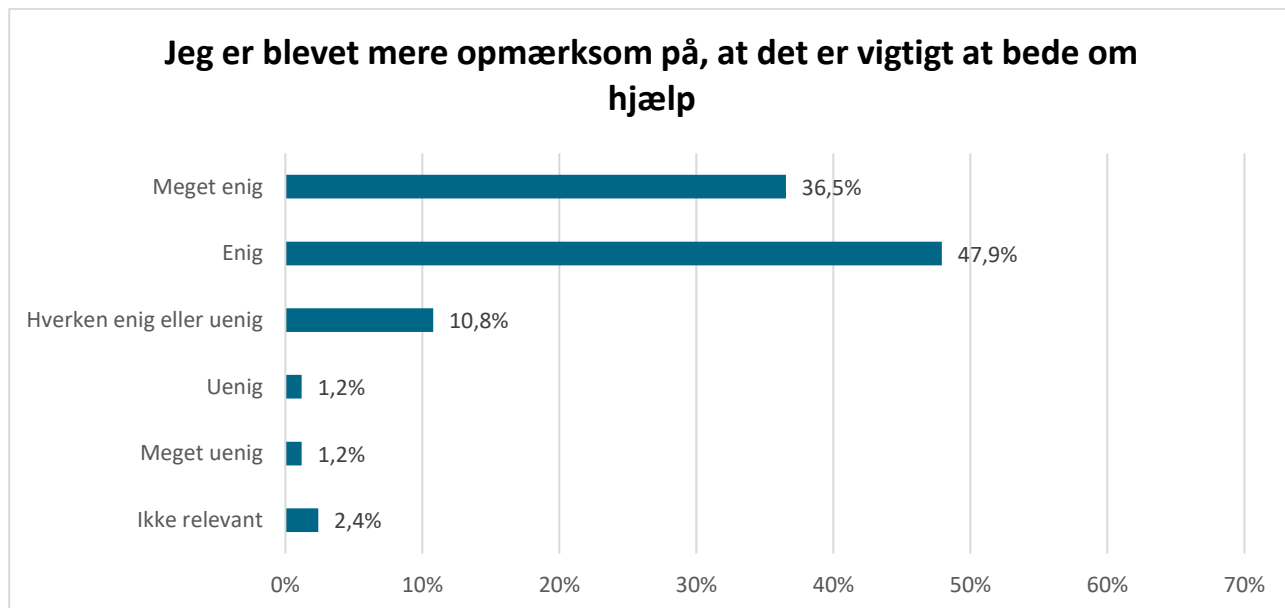
Figur 4.4.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

76,1 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de er blevet bedre til at anvende forskellige kognitive teknikker. 3,6 % er uenige eller meget uenige i udsagnet.

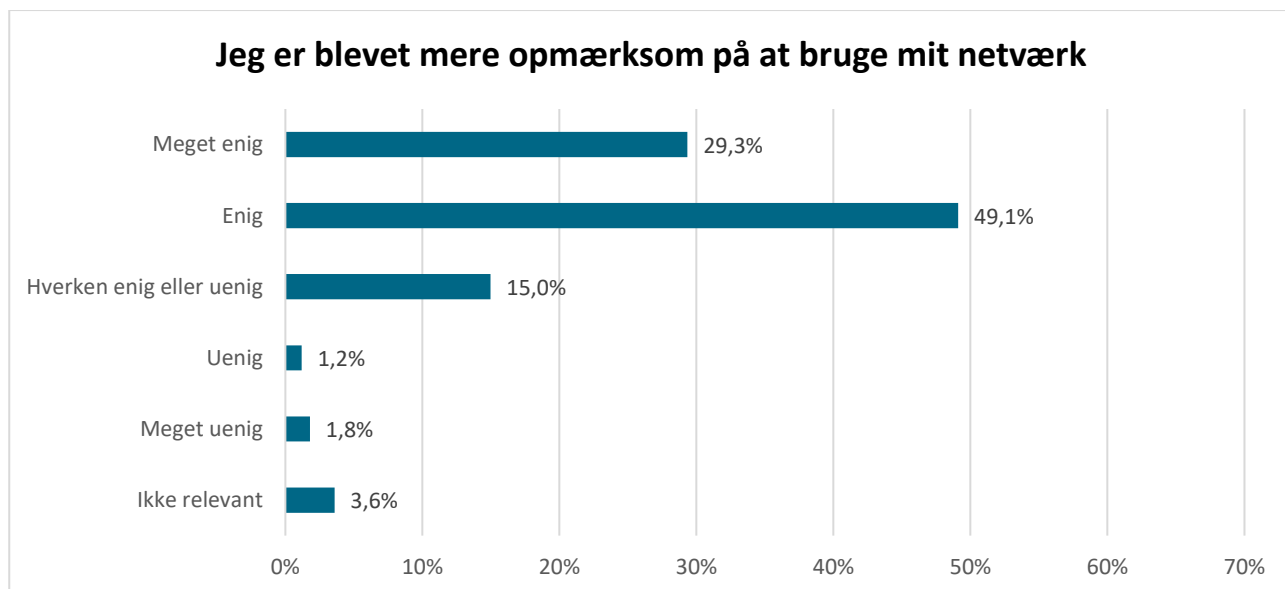
Figur 4.5.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

84,4 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de er blevet mere opmærksomme på vigtigheden i at bede om hjælp. 2,4 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet.

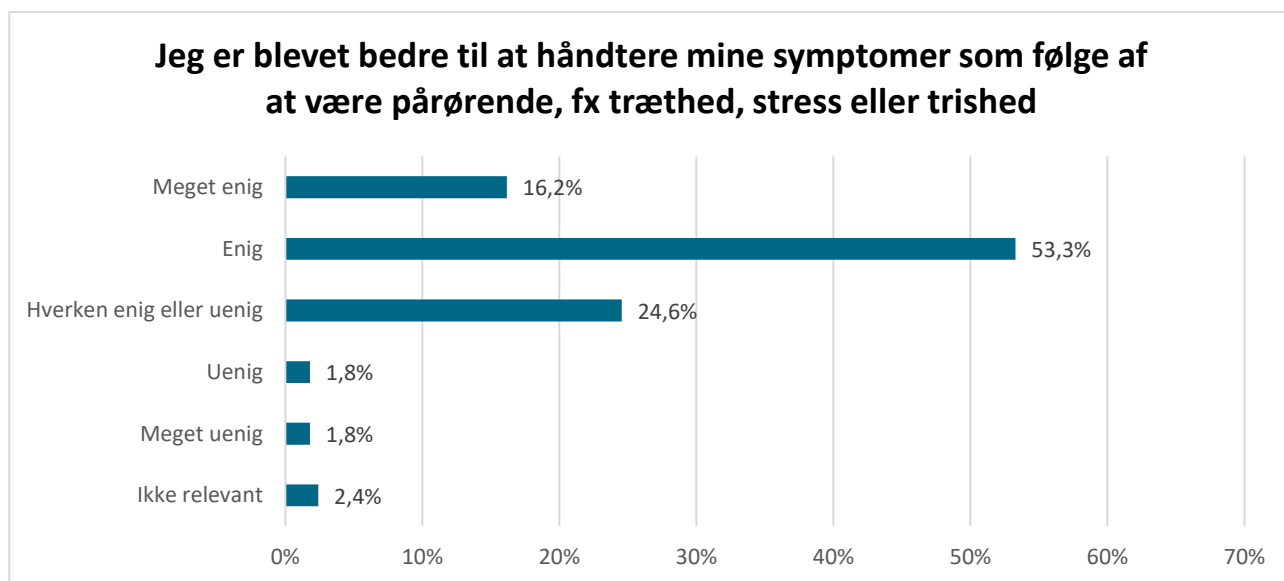
Figur 4.6.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

78,4 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de er blevet mere opmærksomme på at bruge deres netværk. 3 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet.

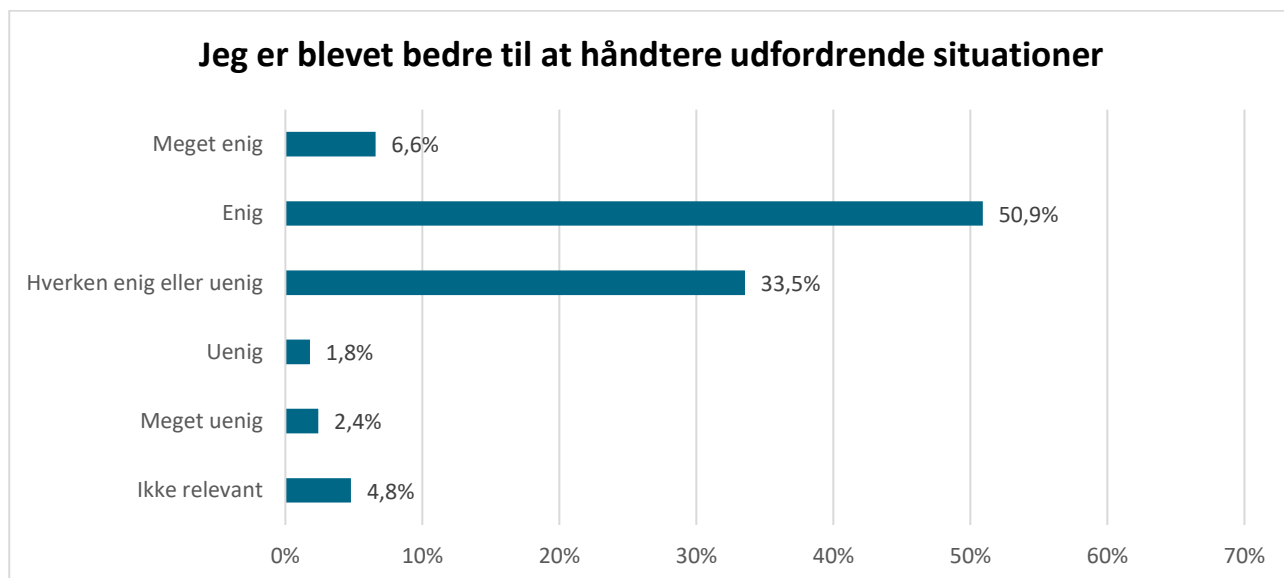
Figur 4.7.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

69,5 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de er blevet bedre til at håndtere deres symptomer som følge af at være pårørende. 3,6 % er uenige eller meget uenige i udsagnet.

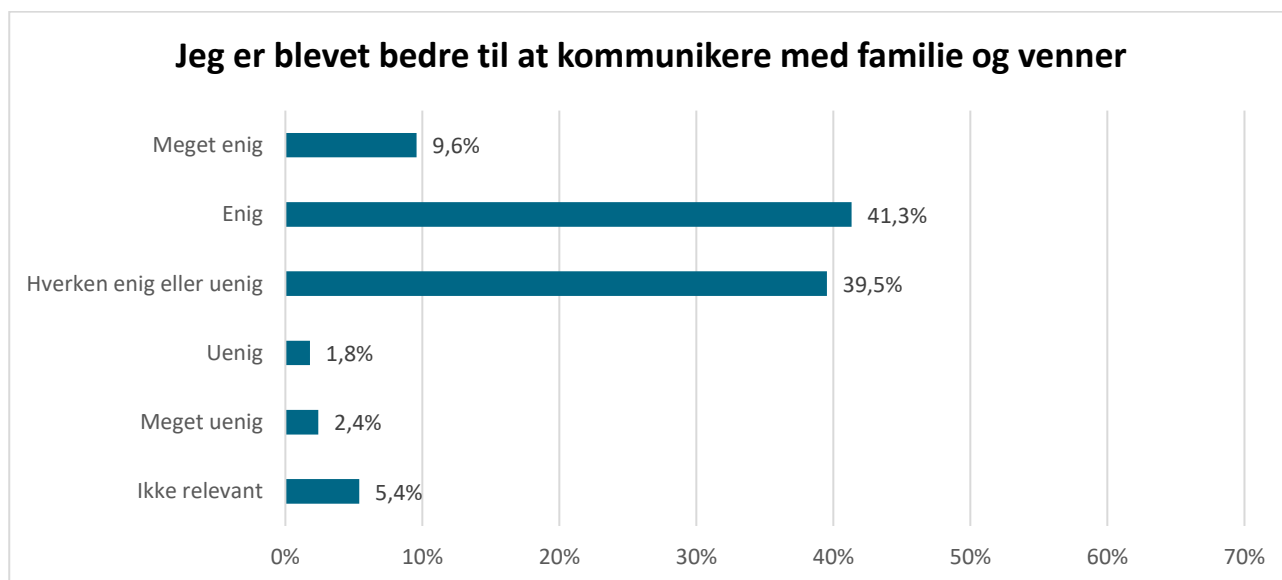
Figur 4.8.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

57,5 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de er blevet bedre til at håndtere udfordrende situationer, mens 4,2 % er uenige eller meget uenige i udsagnet. 33,5 % af kursisterne angiver dog, at de hverken er enige eller uenige i udsagnet.

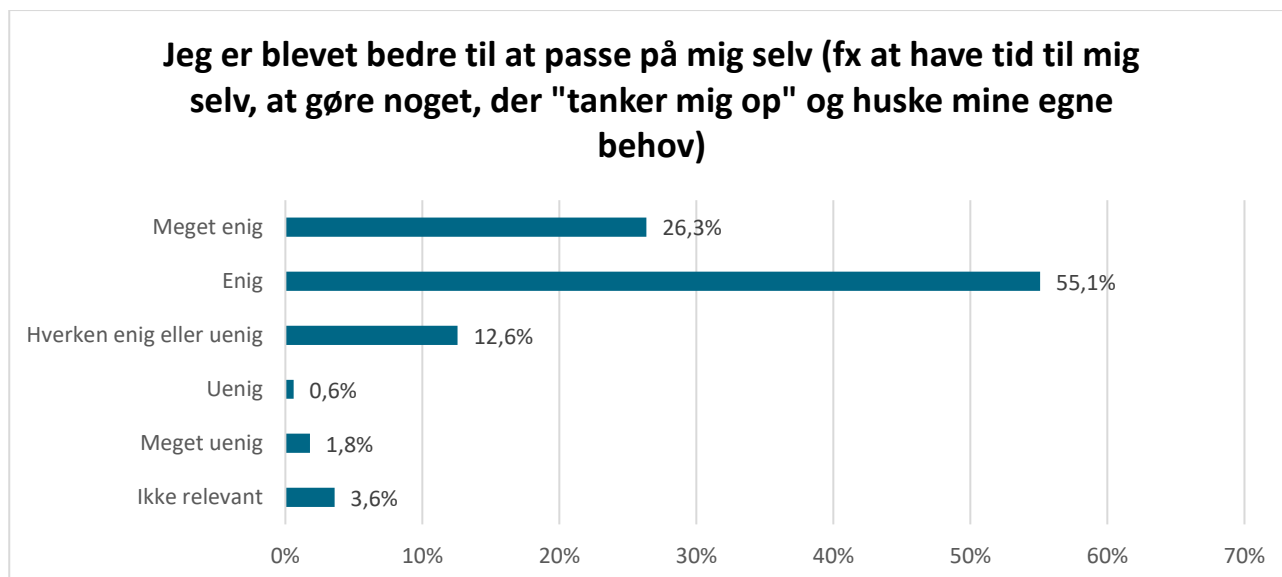
Figur 4.9.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

50,9 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de er blevet bedre til at kommunikere med familie og venner. 4,2 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet. 39,5 % af kursisterne angiver dog, at de hverken er enige eller uenige i udsagnet.

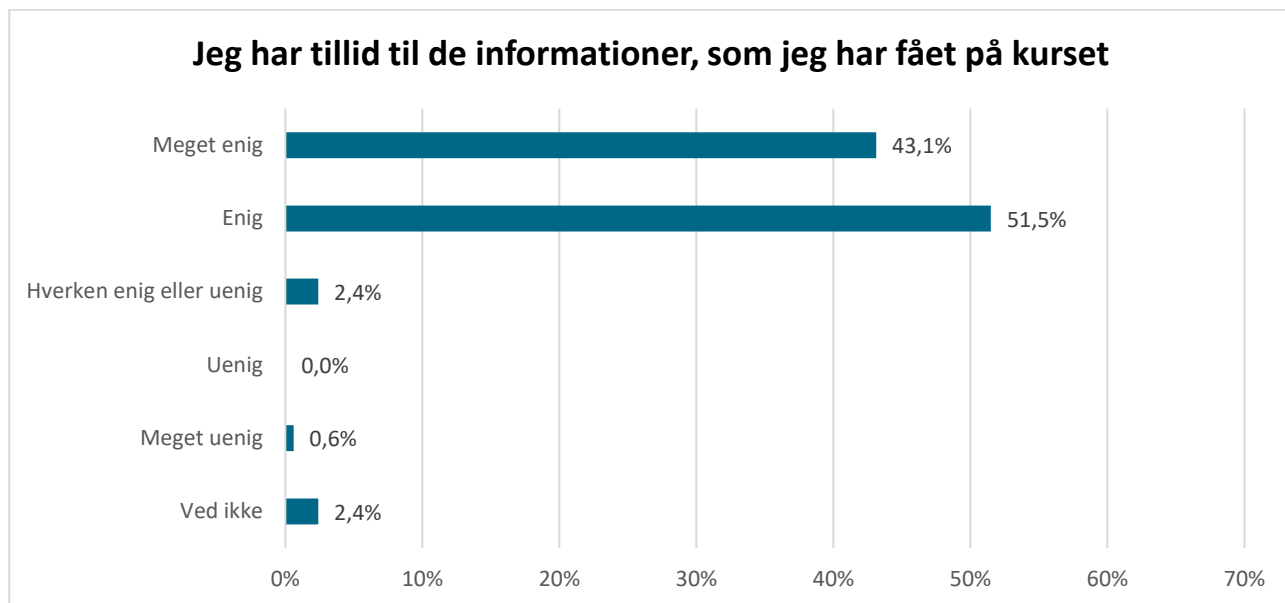
Figur 4.10.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

81,4 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de er blevet bedre til at passe på sig selv fx ved at prioritere tid til sig selv, at gøre noget der "tanker dem op" og ved at huske egne behov. 2,4 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet.

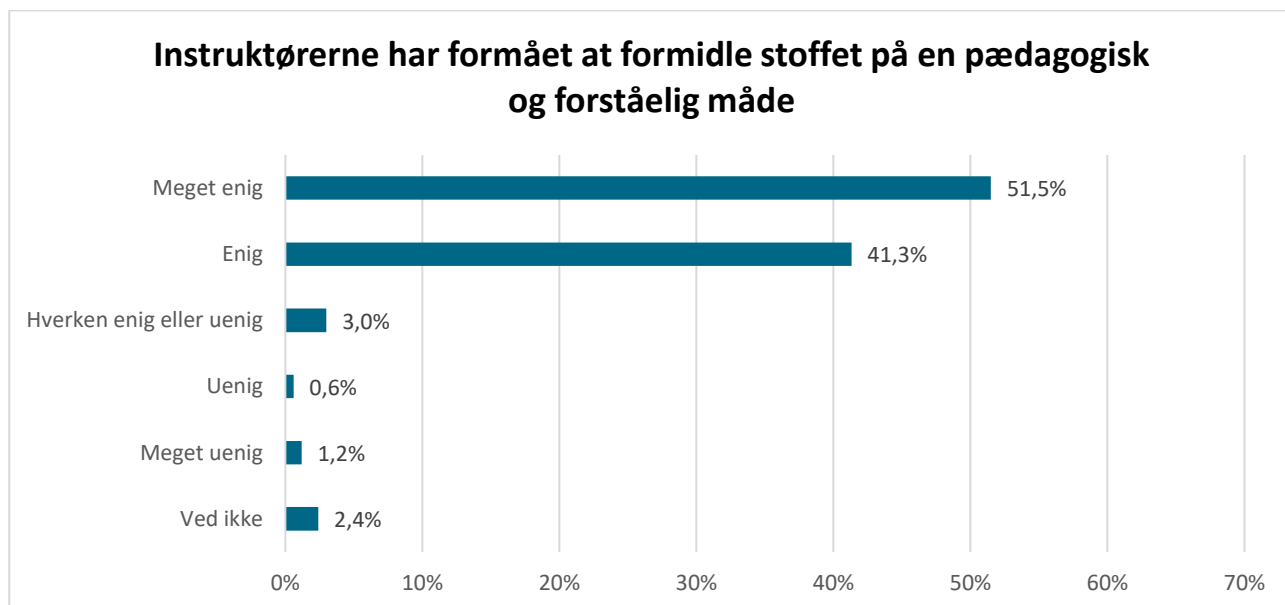
Figur 4.11.



Gennemførte kursister (167 respondenter)

94,6 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de har tillid til informationer, som de har fået på kurset. Ingen af kursisterne er uenige, men 0,6 % af kursisterne er meget uenige i udsagnet.

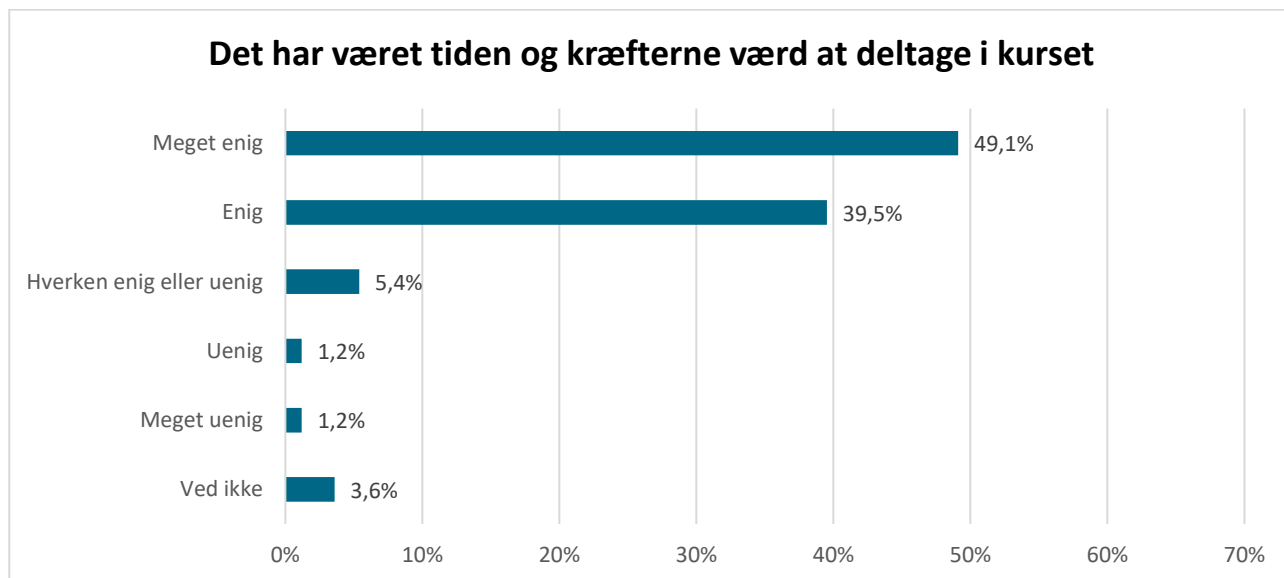
Figur 4.12.



Gennemførte kursister (167 respondenter)

92,8 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at instruktørerne har formået at formidle stoffet på en pædagogisk og forståelig måde. 1,8 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet.

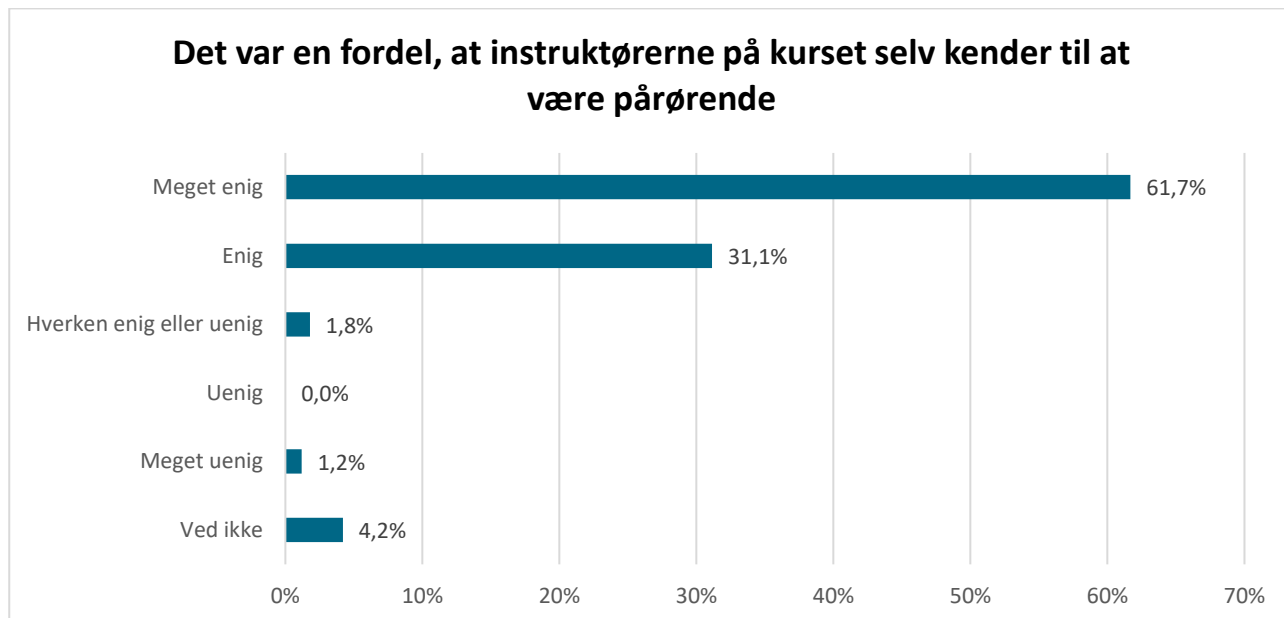
Figur 4.13.



Gennemførte kursister (167 respondenter)

88,6 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at det har været tiden og kræfterne værd at deltage i kurset. 2,4 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet.

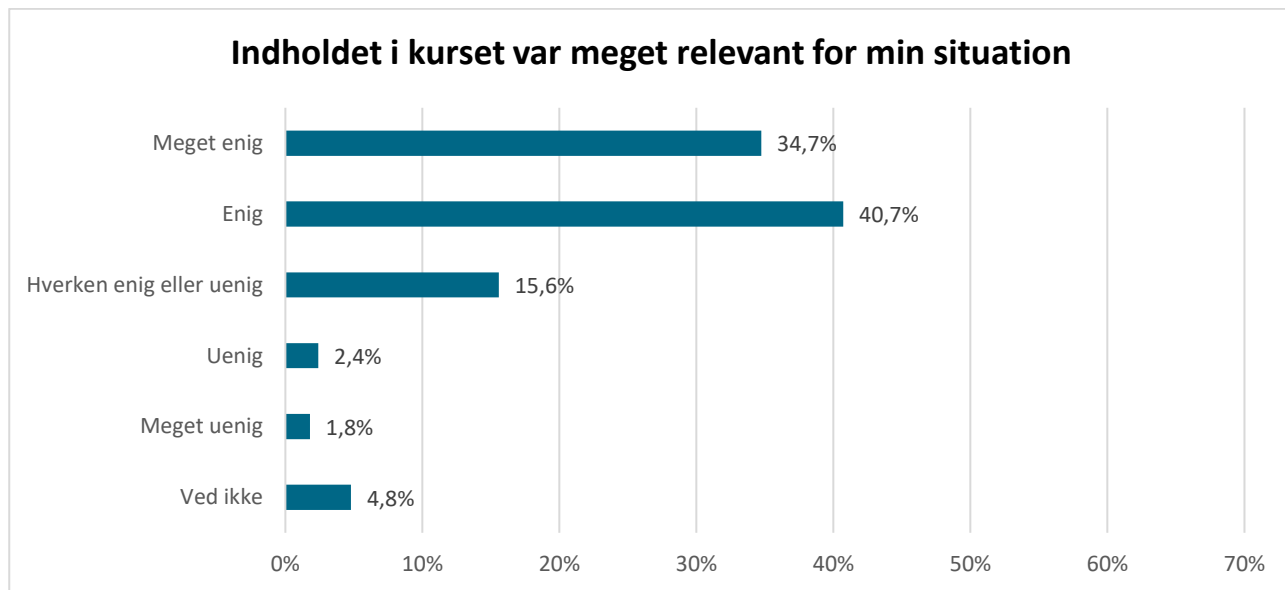
Figur 4.14.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

92,8 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at det var en fordel, at instruktørerne selv kender til det at være pårørende. Ingen af kursisterne er uenige i udsagnet, mens 1,2 % af kursisterne er meget uenige.

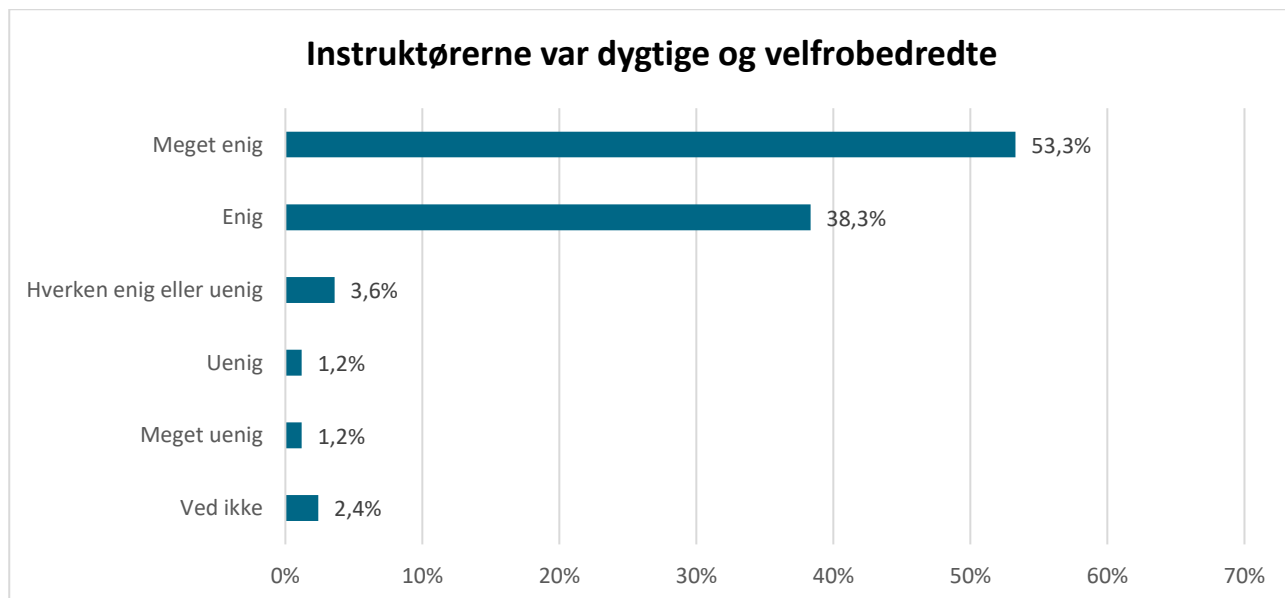
Figur 4.15.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

75,4 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at indholdet i kurset var meget relevant for deres situation. 4,2 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet.

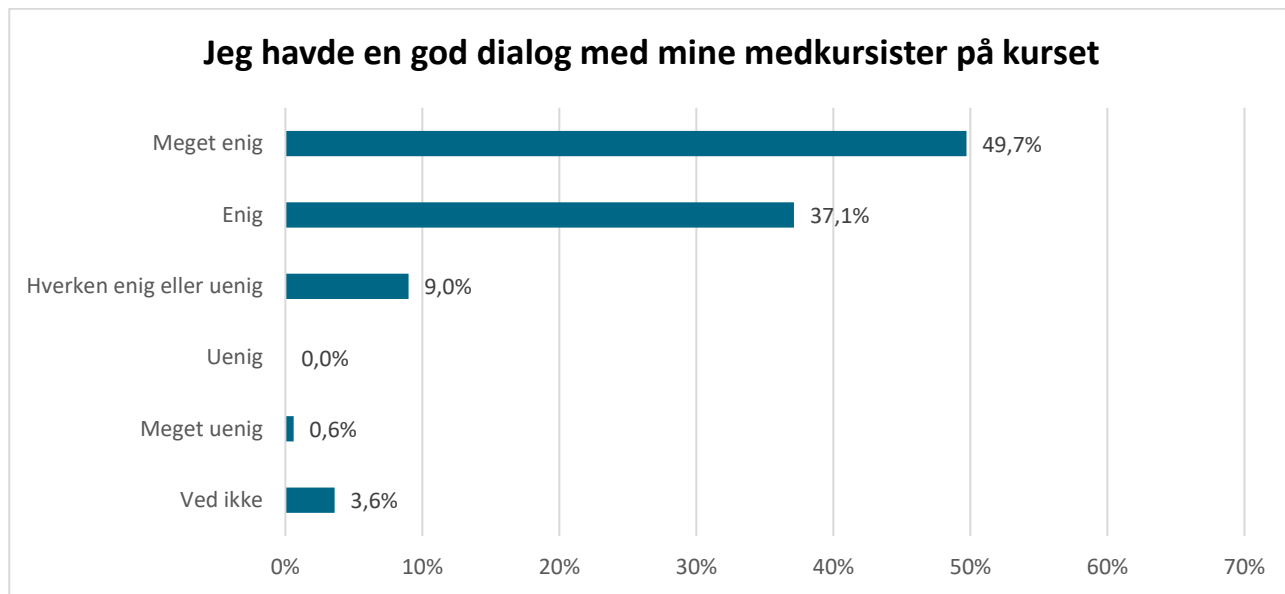
Figur 4.16.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

91,6 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at instruktørerne var dygtige og velforberejede. 2,4 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet.

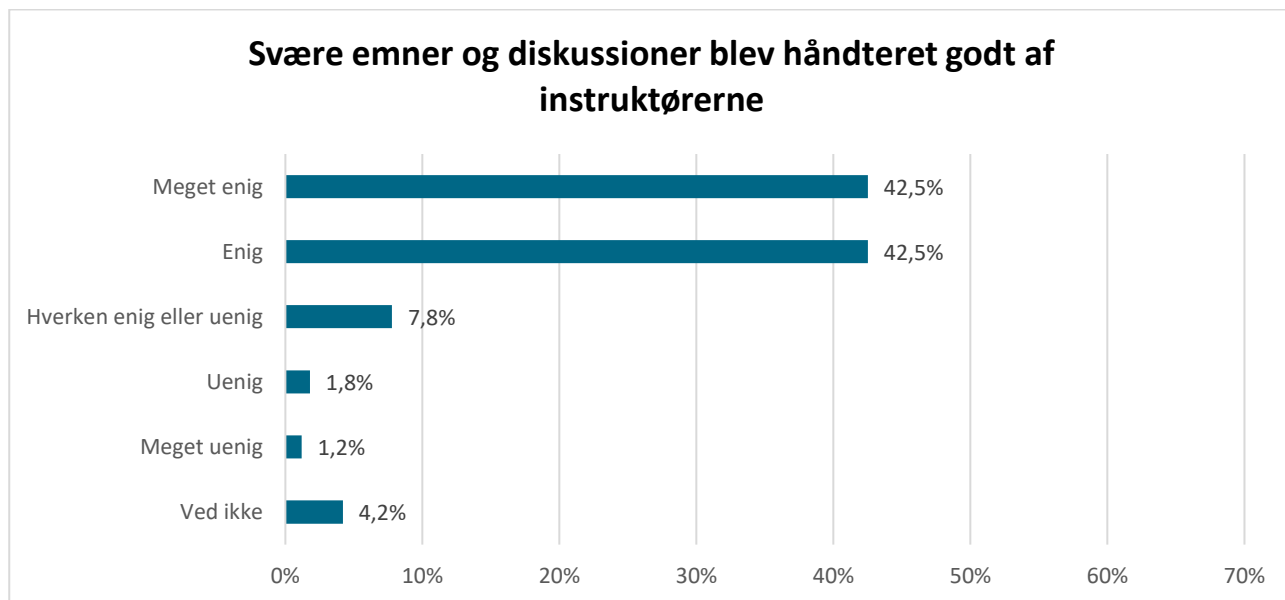
Figur 4.17.



Gennemførte kursister (167 respondenter)

86,8 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de havde en god dialog med deres medkursister. Ingen af kursisterne er uenige, mens 0,6 % af kursisterne er meget uenige i udsagnet.

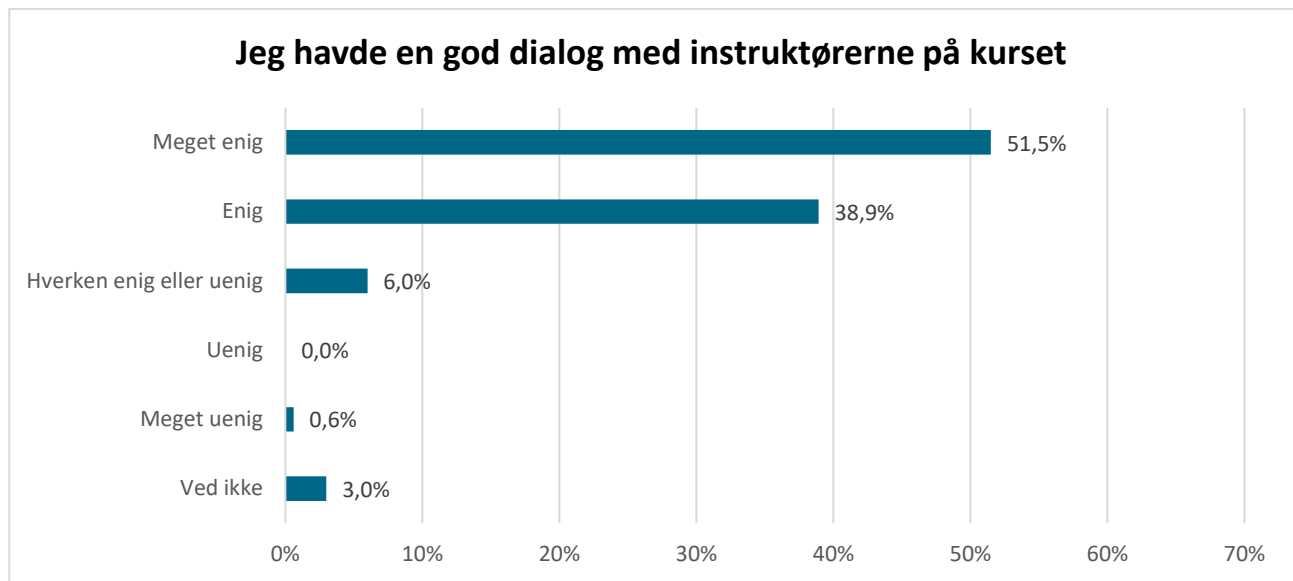
Figur 4.18.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

85 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at svære emner og diskussioner blev håndteret godt af instruktørerne. 3 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet.

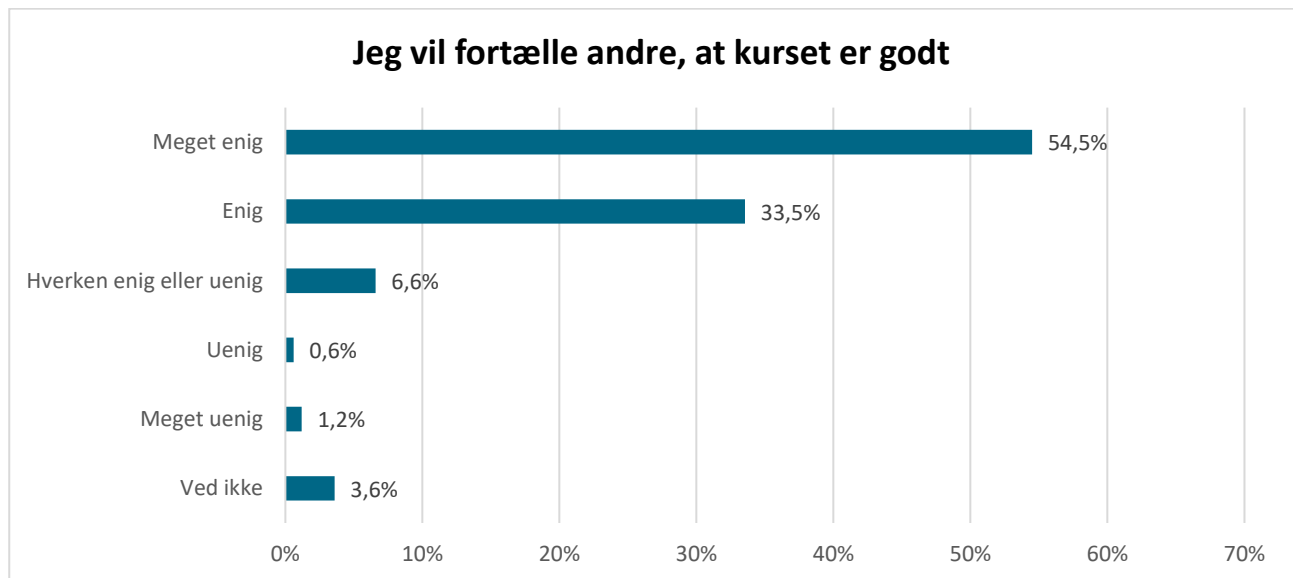
Figur 4.19.



Gennemførte kursister (167 respondenter).

90,4 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de havde en god dialog med instruktørerne på kurset. Ingen af kursisterne er uenige i udsagnet, mens 0,6 % af kursisterne er meget uenige i dette.

Figur 4.20.



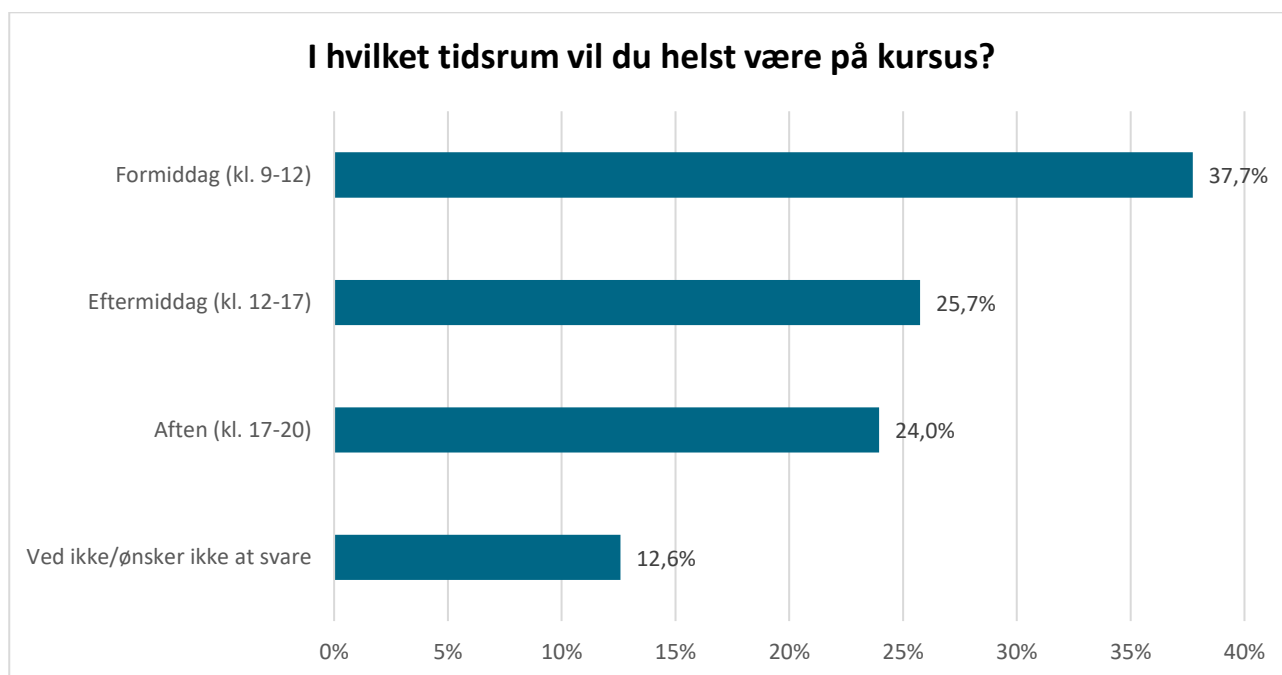
Gennemførte kursister (167 respondenter).

88 % af kursisterne er enige eller meget enige i, at de vil fortælle andre, at kurset er godt. 1,8 % af kursisterne er uenige eller meget uenige i udsagnet.

5. Praktiske forhold

Alle gennemførte kursister er blevet spurgt om deres tilfredshed med tidspunktet for afholdelse af kurset, og hvordan de har fået kendskab til kurset. Følgende afsnit indeholder et overblik over disse besvarelser.

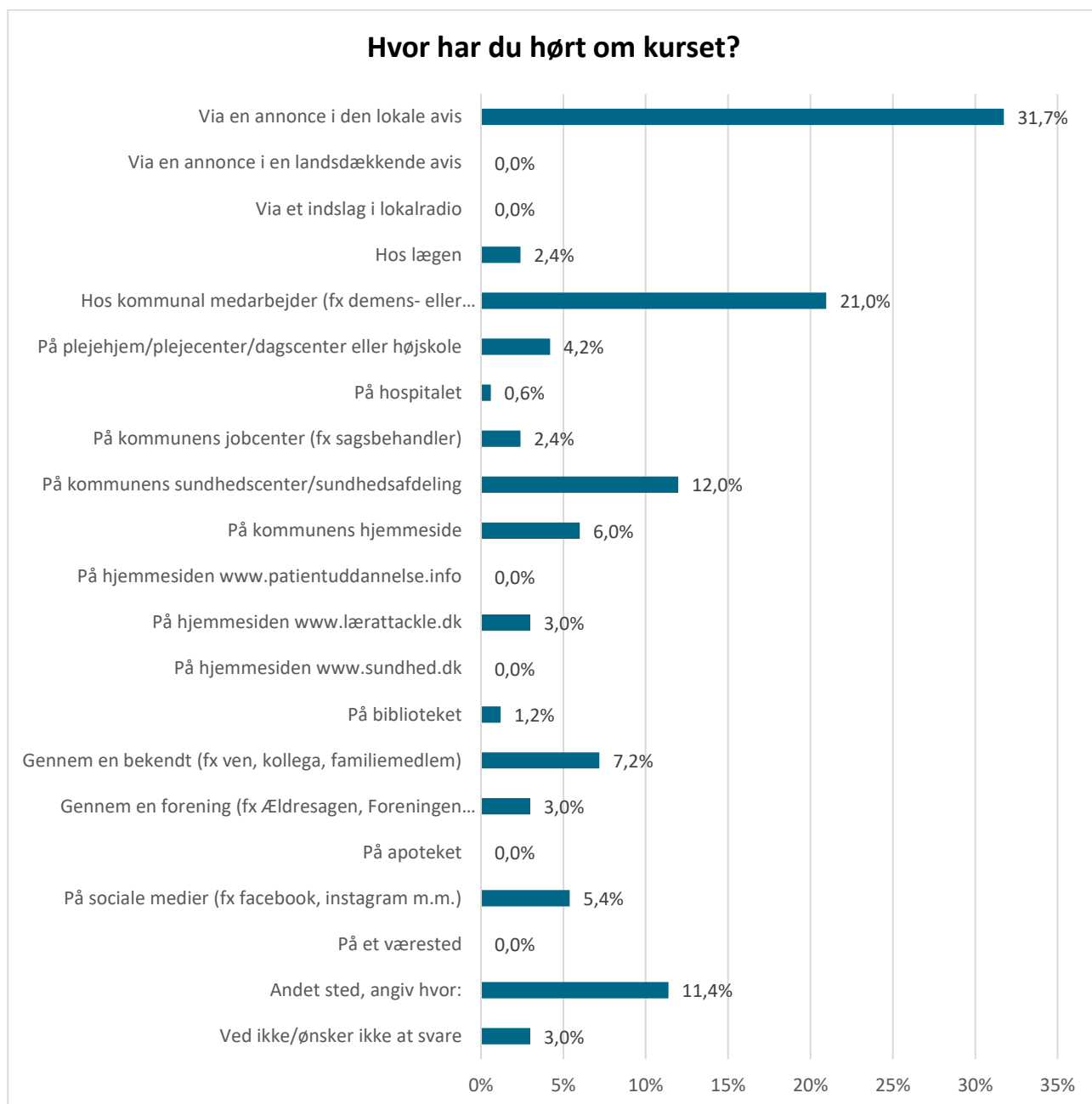
Figur 5.1. Foretrukket tidspunkt



Gennemførte kursister (167 respondenter).

De fleste gennemførte kursister vil helst være på kursus om formiddagen (37,7 %). Næstflest foretrækker at være på kurset om eftermiddagen (25,7 %), og 24 % af kursisterne vil helst være på kurset om aftenen.

Figur 5.2. Kendskab til kurset



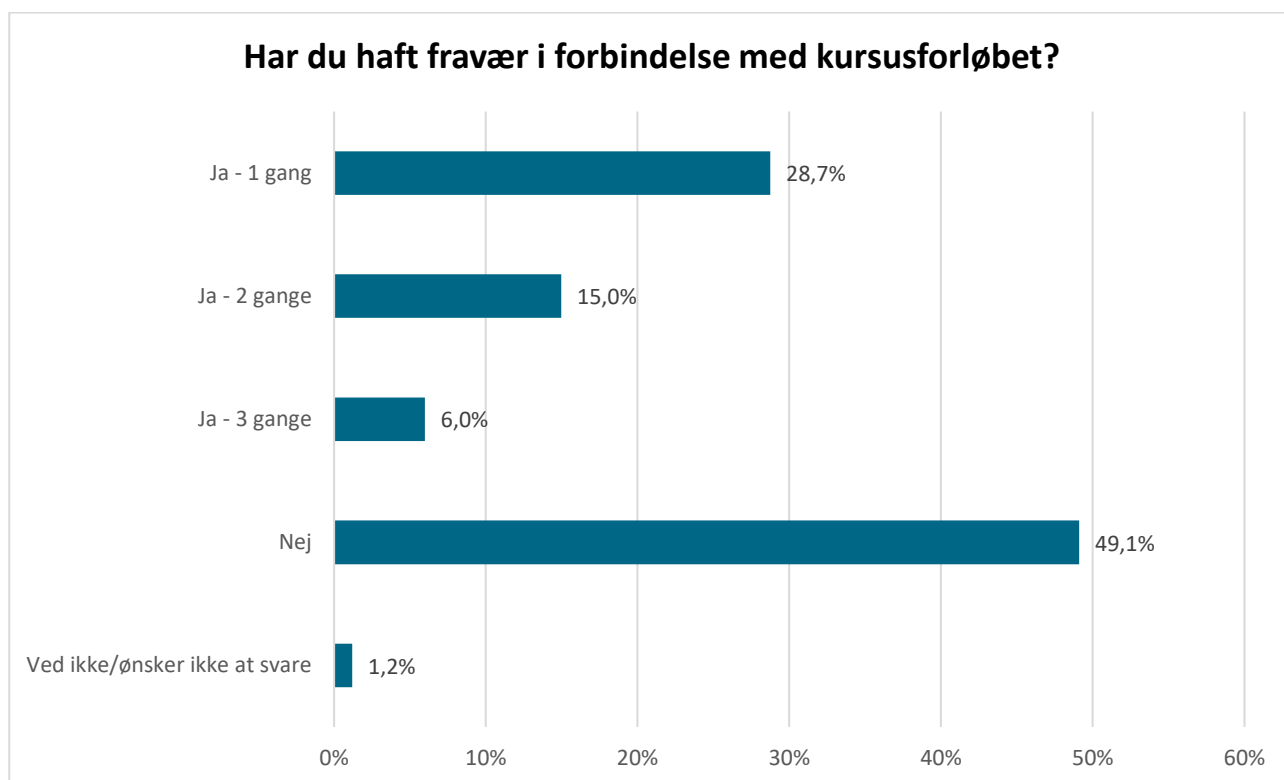
Gennemførte kursister (167 respondenter). Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svarmuligheder.

De fleste gennemførte kursister har hørt om kurset gennem en annonce i den lokale avis (31,7 %), hos en kommunal medarbejder (21 %) eller på kommunens sundhedscenter eller sundhedsafdeling (12 %). 19 kursister svarer, at de har hørt om kurset et andet sted, og her nævnes bl.a. at de har hørt om kurset gennem pårørende/gruppe, hos en fysioterapeut eller via et indslag hos TV2 Østjylland.

6. Fravær

Alle gennemførte kursister er blevet spurgt om, hvor meget fravær de har haft i løbet af kursusforløbet og om årsagerne til eventuelt fravær. Følgende afsnit indeholder et overblik over disse besvarelser.

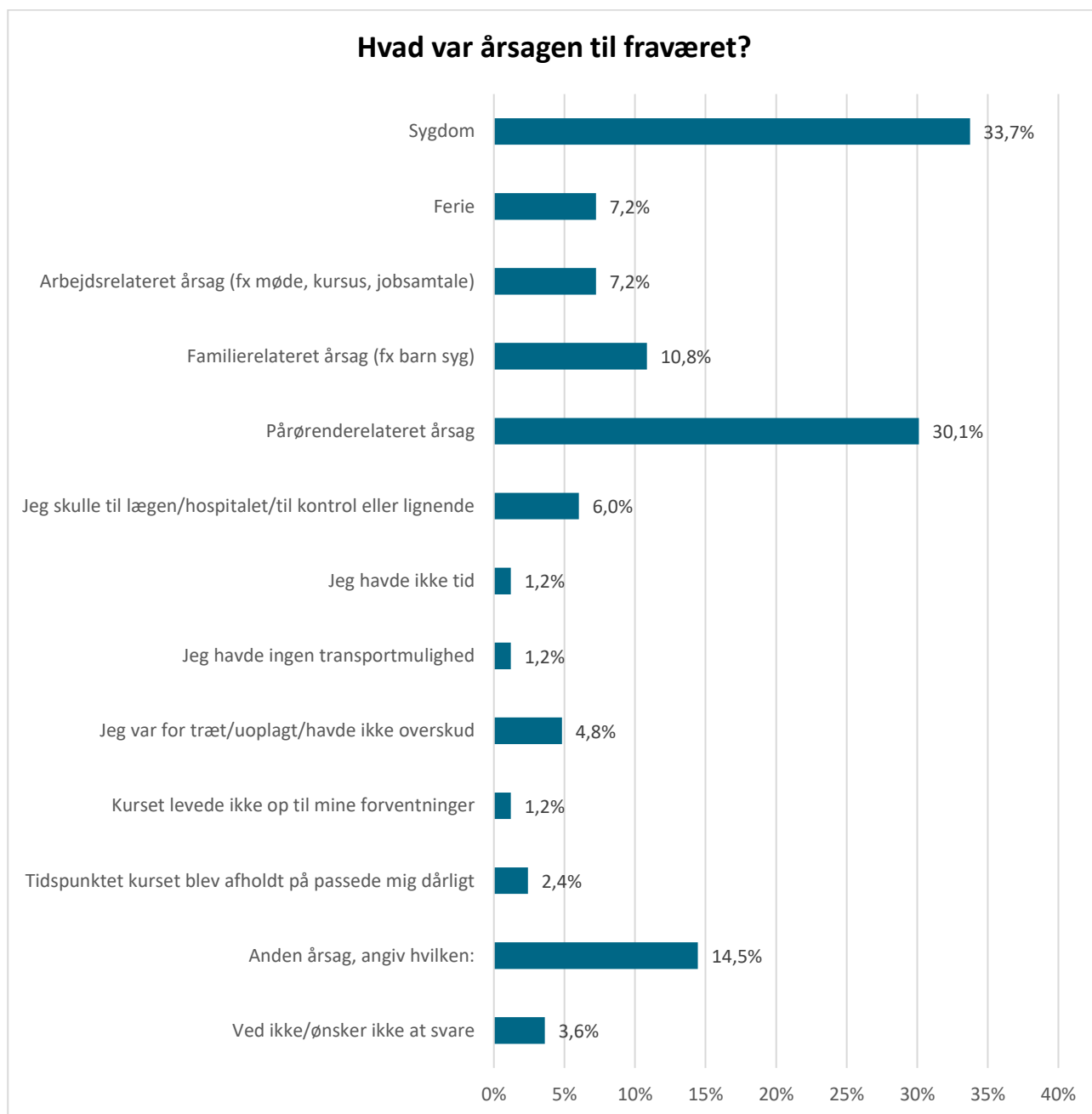
Figur 6.1. Fravær



Gennemførte kursister (167 respondenter).

De fleste gennemførte kursister har ikke været fraværende i løbet af kursusforløbets 7 moduler (49,1 %). 49,7 % af kursisterne har haft fravær fra mindst 1 modul.

Figur 6.2. Årsager til fravær



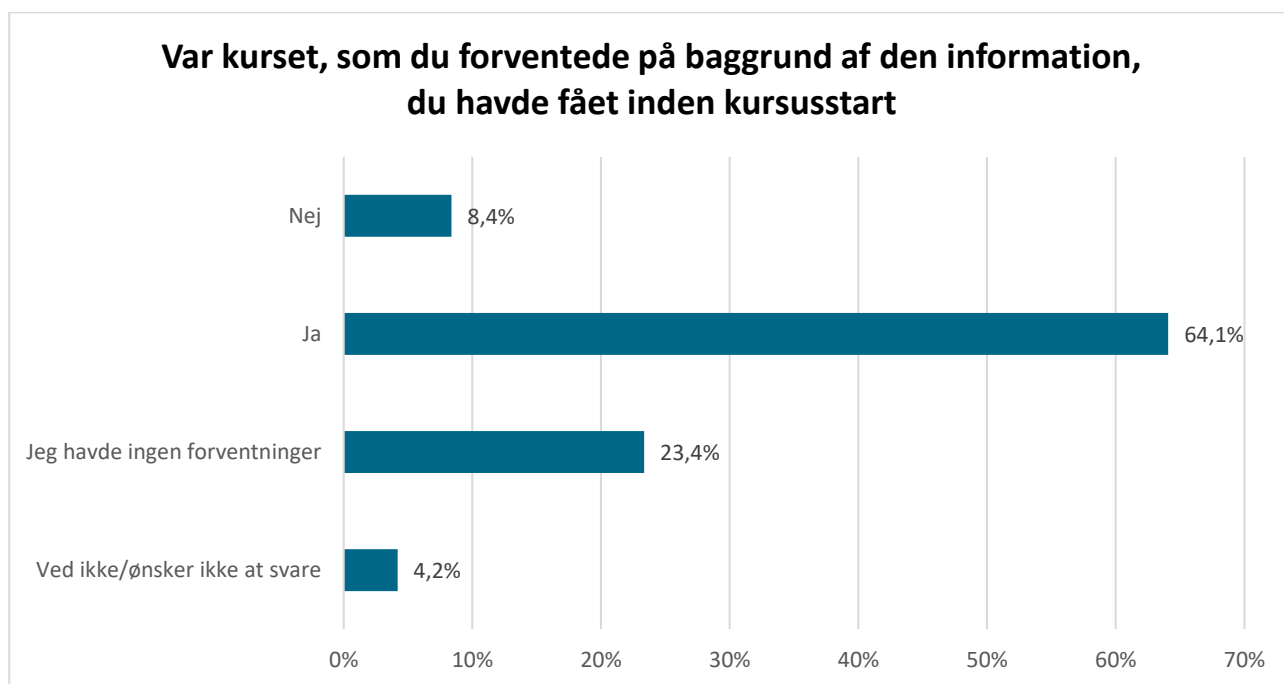
Gennemførte kursister (83 respondenter). Spørgsmålet er kun blevet stillet dem, der har haft fravær på kurset. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svar.

De fleste gennemførte kursister havde fravær på kurset pga. sygdom (33,7 %). Derudover har 30,1 % været fraværende grundet pårørenderelaterede årsager, og 10,8 % har været forhindret i at komme pga. familierelaterede årsager. Blandt de 12 kursister, der har angivet "Anden årsag", er der flest, der har haft fravær af coronarelaterede årsager eller pga. andre sociale aftaler.

7. Forventninger til og generel tilfredshed med kurset

Dette afsnit omhandler indfrielse af kursisternes forventninger til kurset, betydningen af at være en del af en gruppe samt kursisternes generelle tilfredshed med kurset. Besvarelserne fremgår i det følgende.

Figur 7.1. Forventninger til kurset

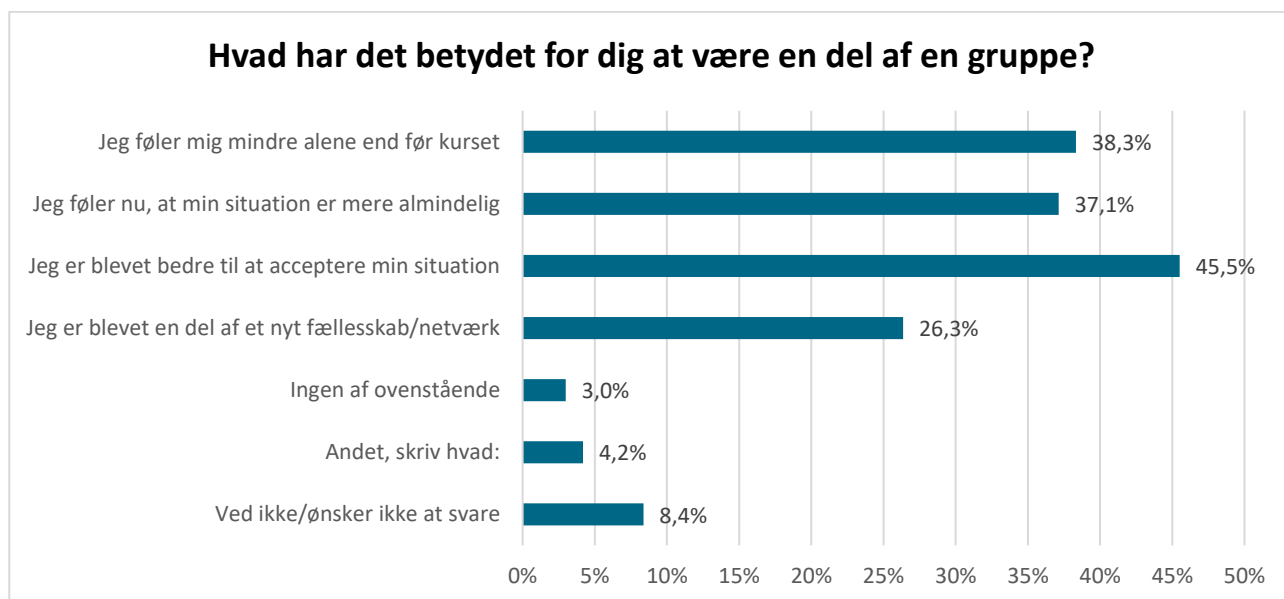


Gennemførte kursister (167 respondenter).

Størstedelen af kursisterne svarer bekræftende på, at kurset var som forventet på baggrund af den information, de havde fået inden kurset (64,1 %).

23,4 % af kursisterne svarer, at de ikke havde nogen forventninger til kurset. 8,4 % af kursisterne har svaret, at kurset ikke var som forventet. Det begrundes bl.a. med, at kurset var for skemalagt, og at der ikke var tilstrækkelig tid til fordybelse og dialog kursisterne imellem. Flere af de kursister, der har svaret, at kurset ikke var som forventet, begrundes imidlertid dette med, at kurset var bedre end forventet, da der var mere fokus på dem selv end den syges situation.

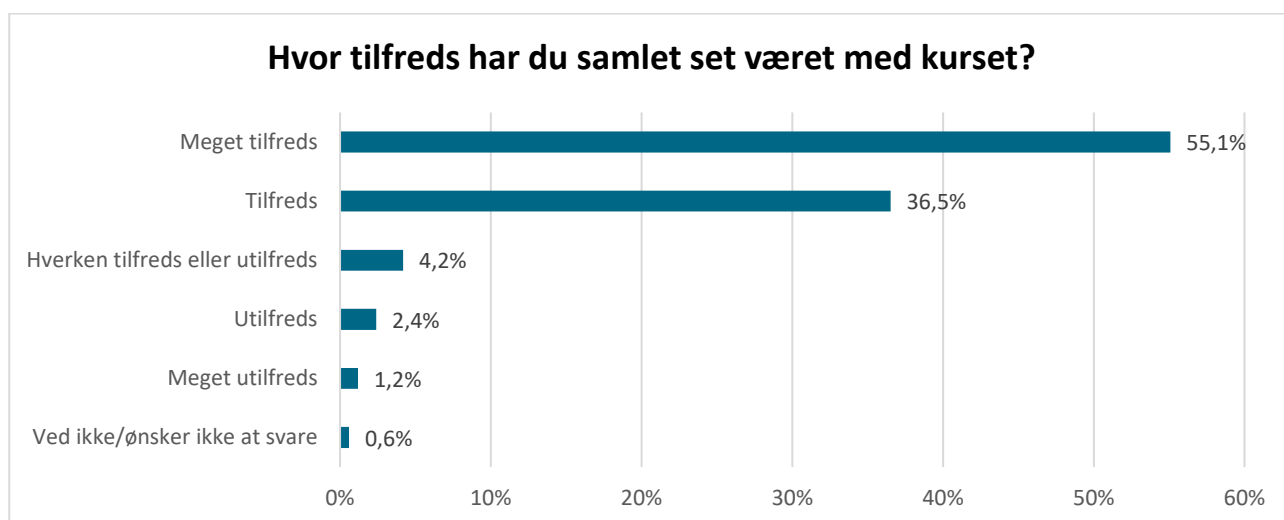
Figur 7.2. Gruppens betydning



Gennemførte kursister (167 respondenter). Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svar.

45,5 % af kursisterne angiver, at de er blevet bedre til at acceptere deres situation, og 38,3 % angiver, at de føler sig mindre alene end før kurset. Derudover svarer 37,1 % af kursisterne, at de nu føler, at deres situation er mere almindelig, mens 26,3 % har oplevelsen af, at de er blevet en del af et nyt fællesskab/netværk.

Figur 7.3. Tilfredshed med kurset samlet set



Gennemførte kursister (167 respondenter).

91,6 % af de gennemførte kursister har været meget tilfredse eller tilfredse med kurset *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*. 3,6 % af kursisterne har været utilfredse eller meget utilfredse med kurset.