

EVALUERING

LÆR AT TACKLE ANGST OG DEPRESSION – FOR UNGE 2021

NATIONAL OPGØRELSE OVER KURSISTER, DER HAR GENNEMFØRT KURSET LÆR AT TACKLE ANGST OG DEPRESSION – FOR UNGE I 2021.



Indhold

1. Indledning.....	3
2. Sammenfatning.....	4
3. Kursisternes baggrund.....	5
4. Selvvurderet udbytte af og tilfredshed med kurset.....	12
5. Praktiske forhold.....	22
6. Fravær.....	24
7. Forventninger til og generel tilfredshed med kurset.....	25

1. Indledning

I 2021 udbød 19 af landets kommuner kurset *LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge* til deres borgere. Der blev afholdt 41 kurser i årets løb – de fleste blev afholdt som fysiske kurser og få som fjernundervisning på en online platform (f.eks. Skype, Teams eller Zoom) grundet Covid-19. 374 borgere deltog på et kursus – dvs. gennemsnitligt ca. 9 kursister pr. kursus. 274 af kursisdeltagerne var med på 4 eller flere kursusmoduler og betragtes derfor som ”gennemførte kursister” (kurset består af 7 moduler). De resterende 100 kursister var med på 3 eller færre kursusmoduler og betragtes derfor som ”frafaldne kursister”. Gennemførelsesprocenten på kurset *LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge* i 2021 er således 73,3 %.

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 2021 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 116 spørgeskemaer fra gennemførte kursister, hvilket svarer til en svarprocent på 42,3%. Svarprocenten hos de frafaldne kursister er lav (10%), og disse besvarelser indgår derfor ikke rapporten.

Databehandlingen i rapporten 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 angst og depression – for unge*. Herefter følger et afsnit, der illustrerer kursisters baggrund. Afsnit 4 omhandler kursisters selvvaluerede udbytte af og tilfredshed med kurset, afsnit 5 om praktiske forhold, afsnit 6 om fravær, og afslutningsvist afsnit 7 om forventninger til kurset samt kursisters generelle tilfredshed med kurset.

Rapporten er udarbejdet af Komiteen for Sundhedsoplysning.

2. Sammenfatning

Evalueringen af kurset *LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge* viser, at kursisterne er karakteriseret ved følgende:

- 68 % er kvinder, 25 % er mænd
- 49 % er mellem 15-20 år, og 17 % er over 25 år
- 10 % har anden etnisk baggrund end dansk
- 44 % går i skole eller på en uddannelse, og 13 % er sygemeldt fra skole eller arbejde

52 % af kursisterne deltog på kurset, fordi de har fået stillet en diagnose på angst og/eller depression. 46 % deltog, fordi de har symptomer på angst og/eller depression.

Kursisterne 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. F.eks. angiver 73 % af kursisterne, at de har lært at anvende forskellige kognitive teknikker, og 60 % angiver, at de er blevet mere opmærksomme på, hvad deres triggere er. 74 % svarer, at de har lært at arbejde med problemløsning.

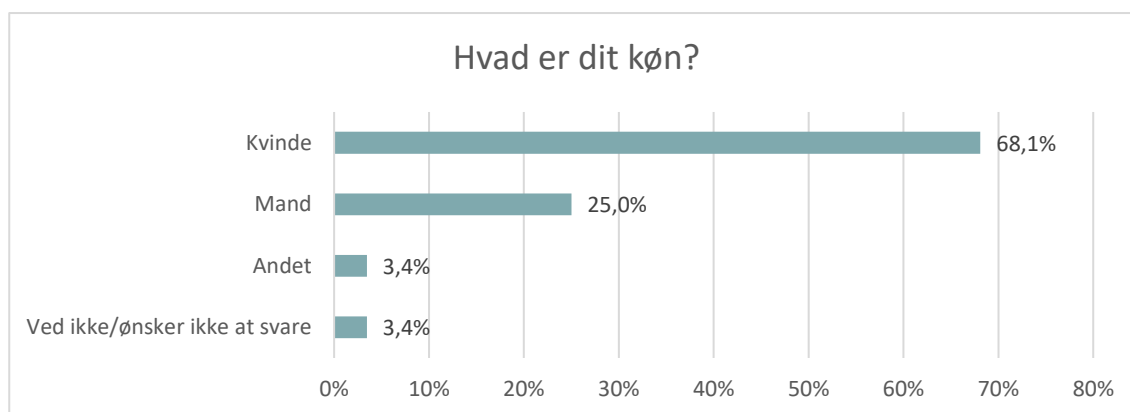
86 % af kursisterne angiver, at de har været tilfredse med kurset, og 89 % angiver, at det har været tiden og kræfterne værd at deltage.

78 % af respondenterne i denne rapport har deltaget på et fysisk kursus, og 14 % har deltaget på et fjernundervisningskursus. 9 % deltog i et kursus med en blanding af fjernundervisning og fysisk fremmøde.

3. Kursisternes baggrund

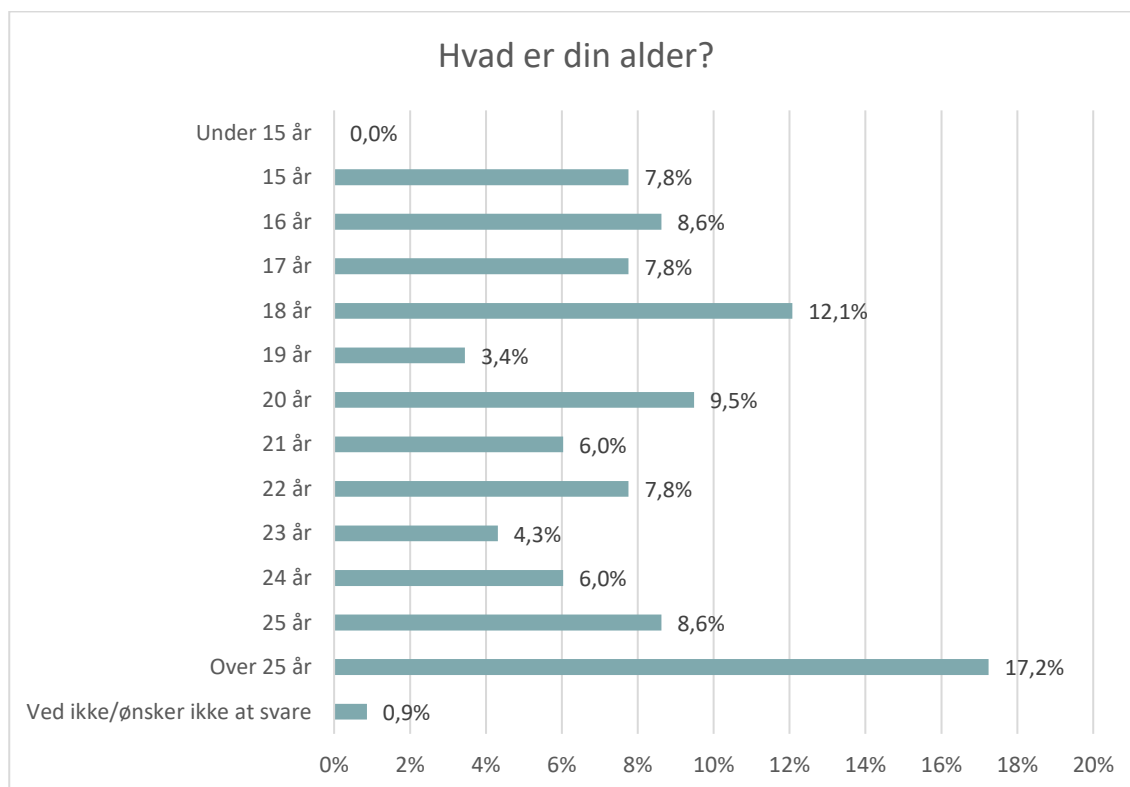
Dette afsnit indeholder et overblik over kursisternes baggrund – dvs. køn, alder, civilstand, etnisk baggrund, uddannelse, beskæftigelse og sygdomsbaggrund.

Figur 3.1. Køn



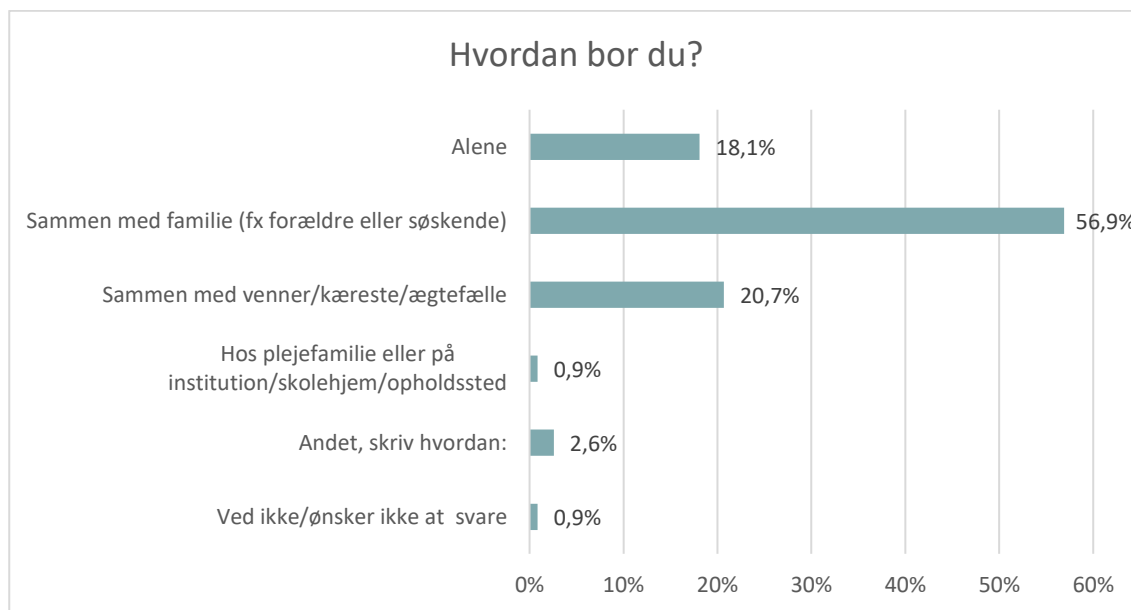
Antal besvarelser: 116

Figur 3.2. Alder



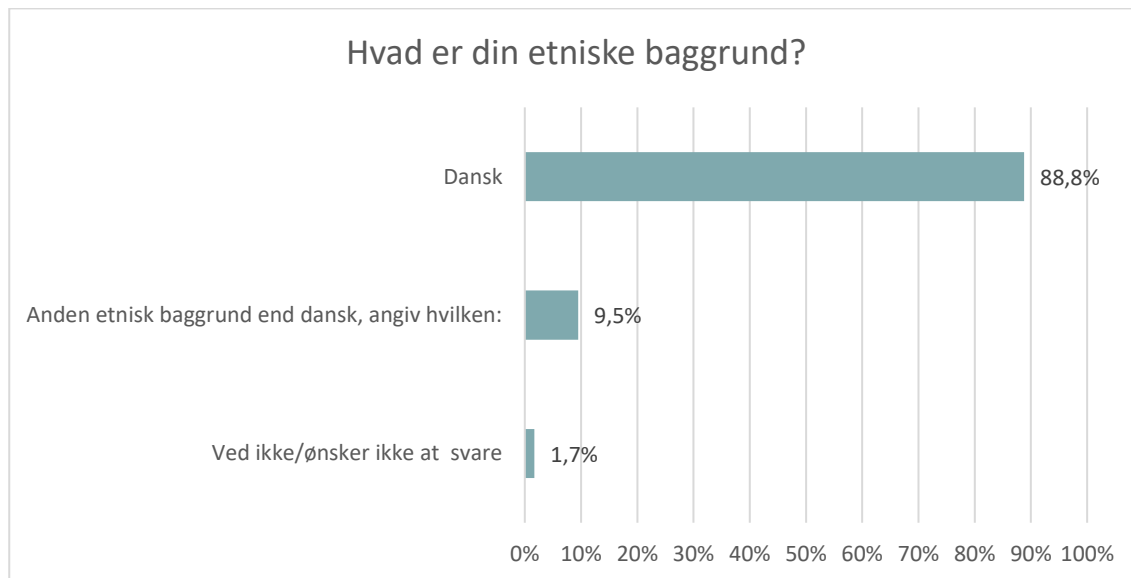
Antal besvarelser: 116

Figur 3.3. Boligsituation



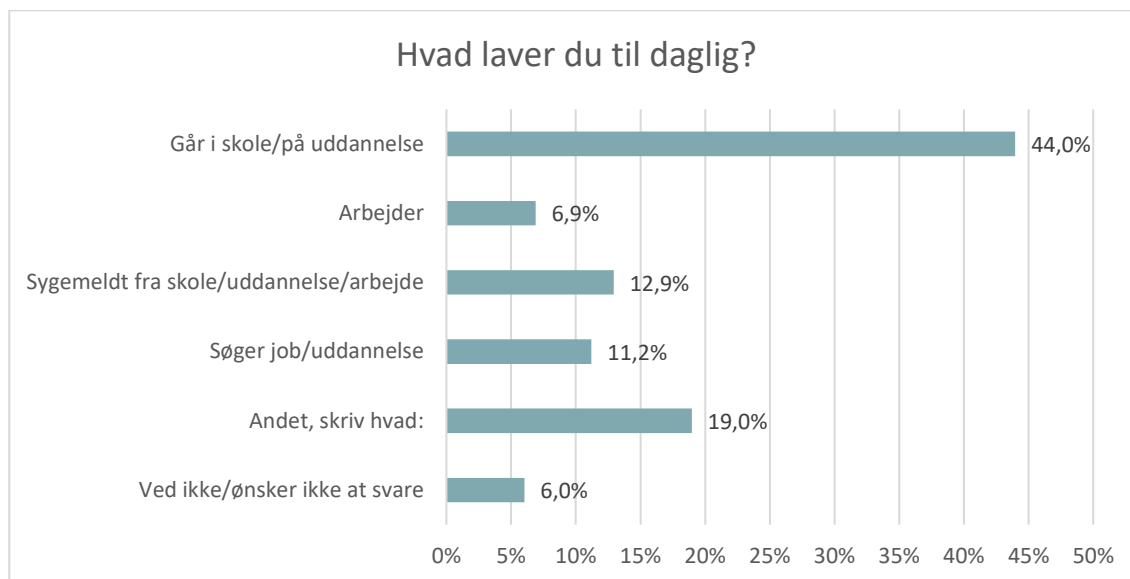
Antal besvarelser: 116

Figur 3.4. Etnisk baggrund



Antal besvarelser: 116

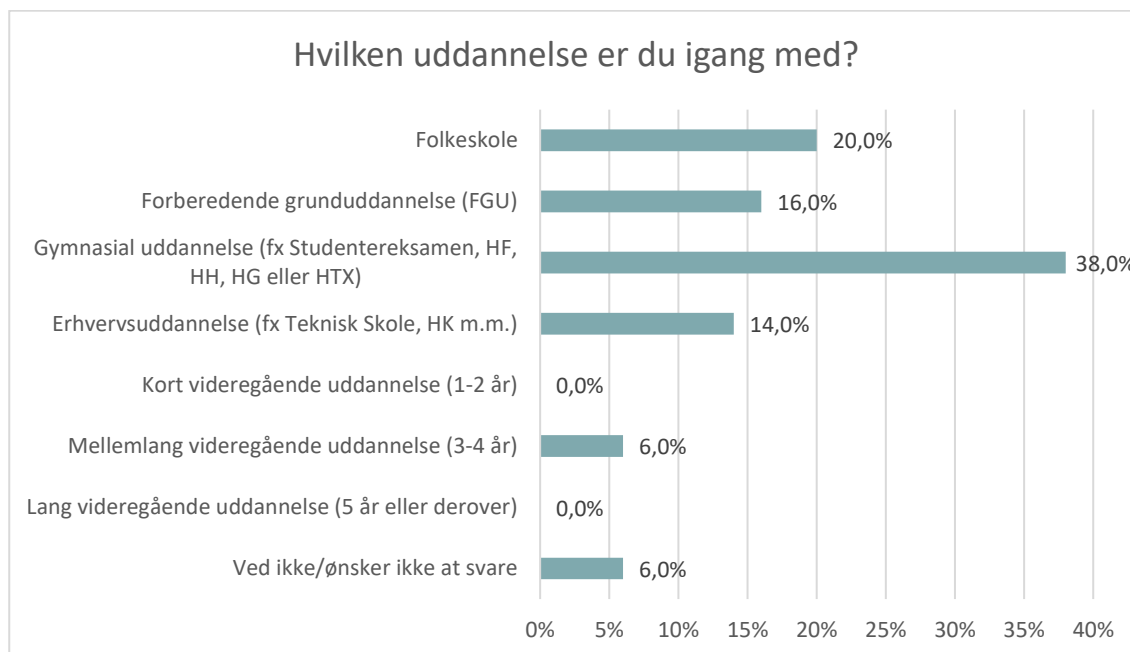
Figur 3.5. Beskæftigelse



Antal besvarelser: 116

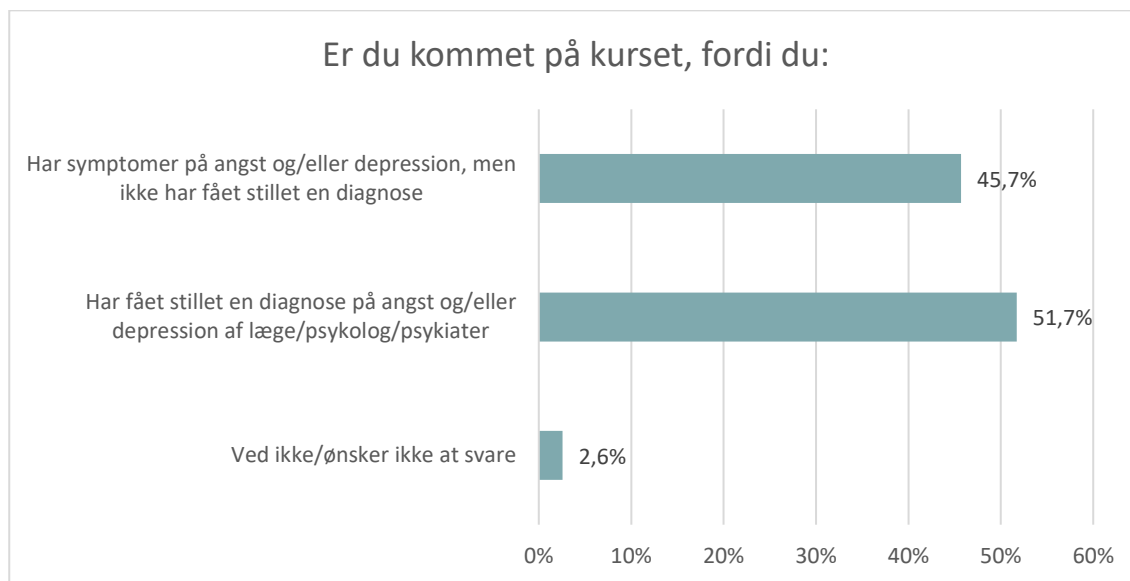
19 % (22 kursister) svarede "Andet" hvor af de fleste er i ressourceforløb, ledige eller på jobcenteret.

Figur 3.6. Uddannelse



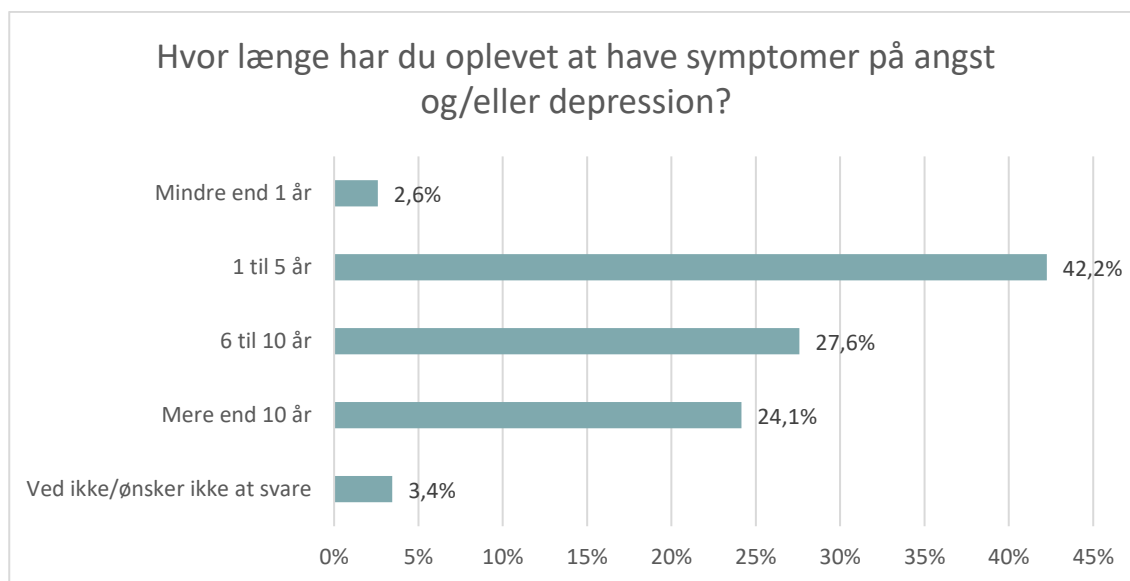
Antal besvarelser: 50

Figur 3.7. Årsager til deltagelse på kurset



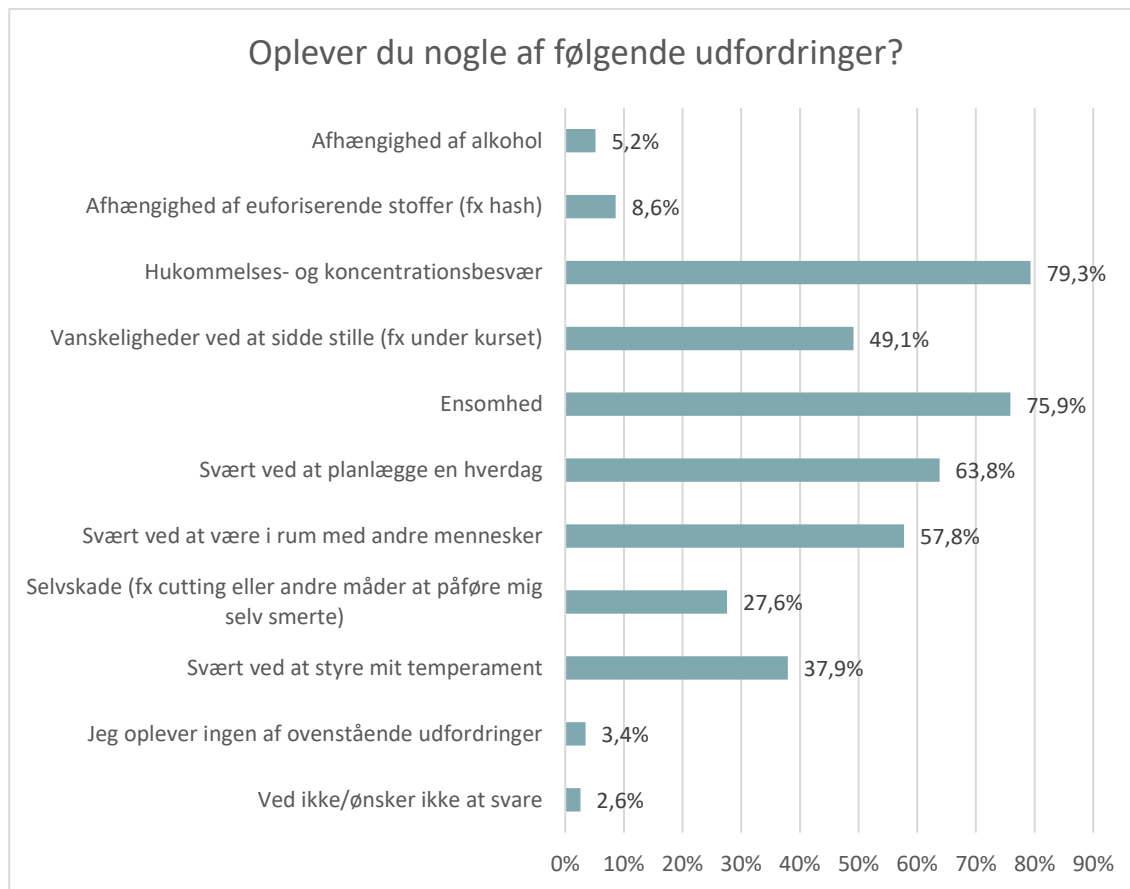
Antal besvarelser: 116

Figur 3.8. Antal år med symptomer på angst/depression



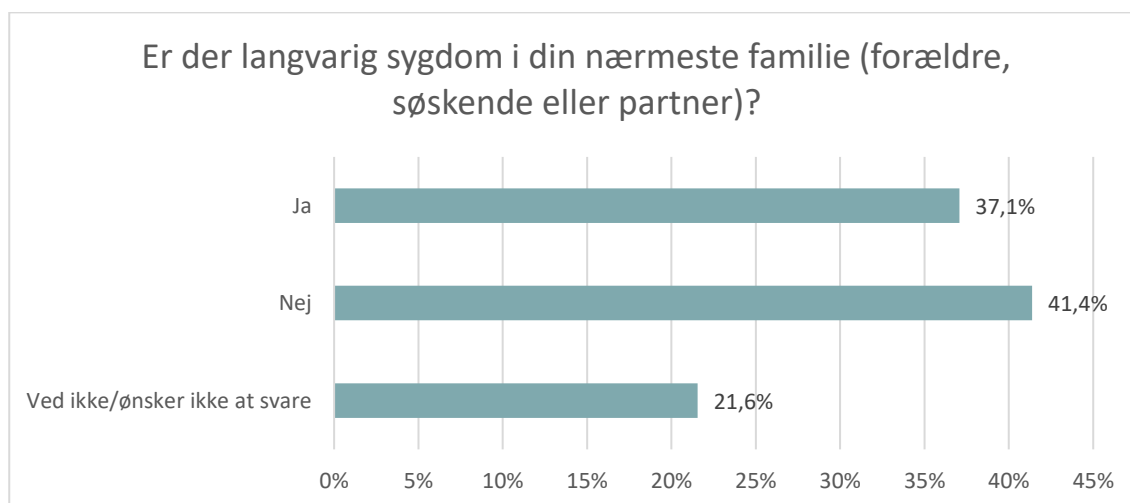
Antal besvarelser: 116

Figur 3.9. Udfordringer



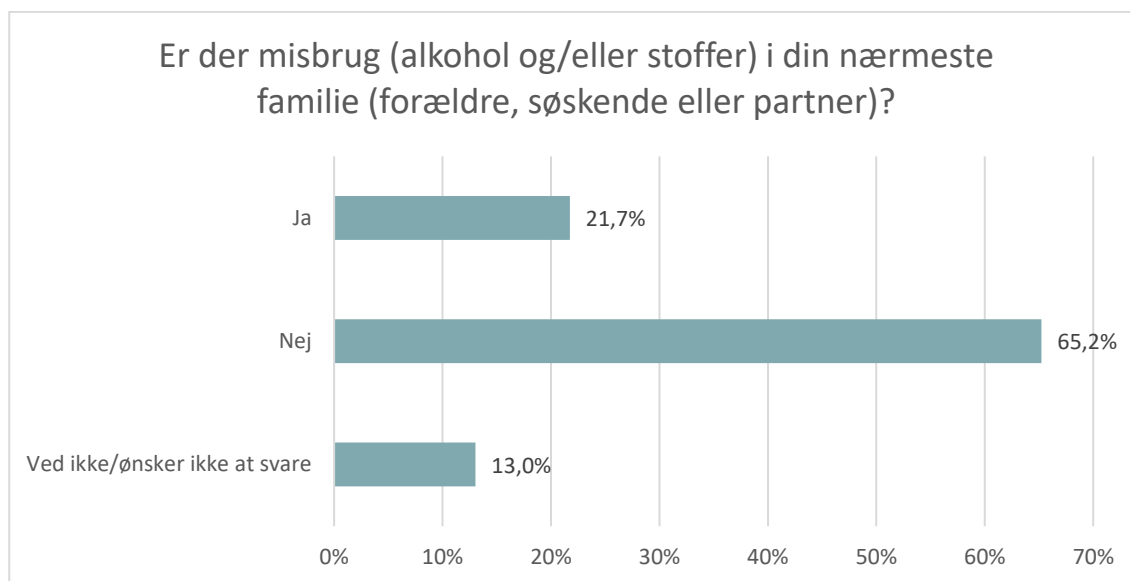
Antal besvarelser: 116. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svar.

Figur 3.10. Langvarig sygdom i familien



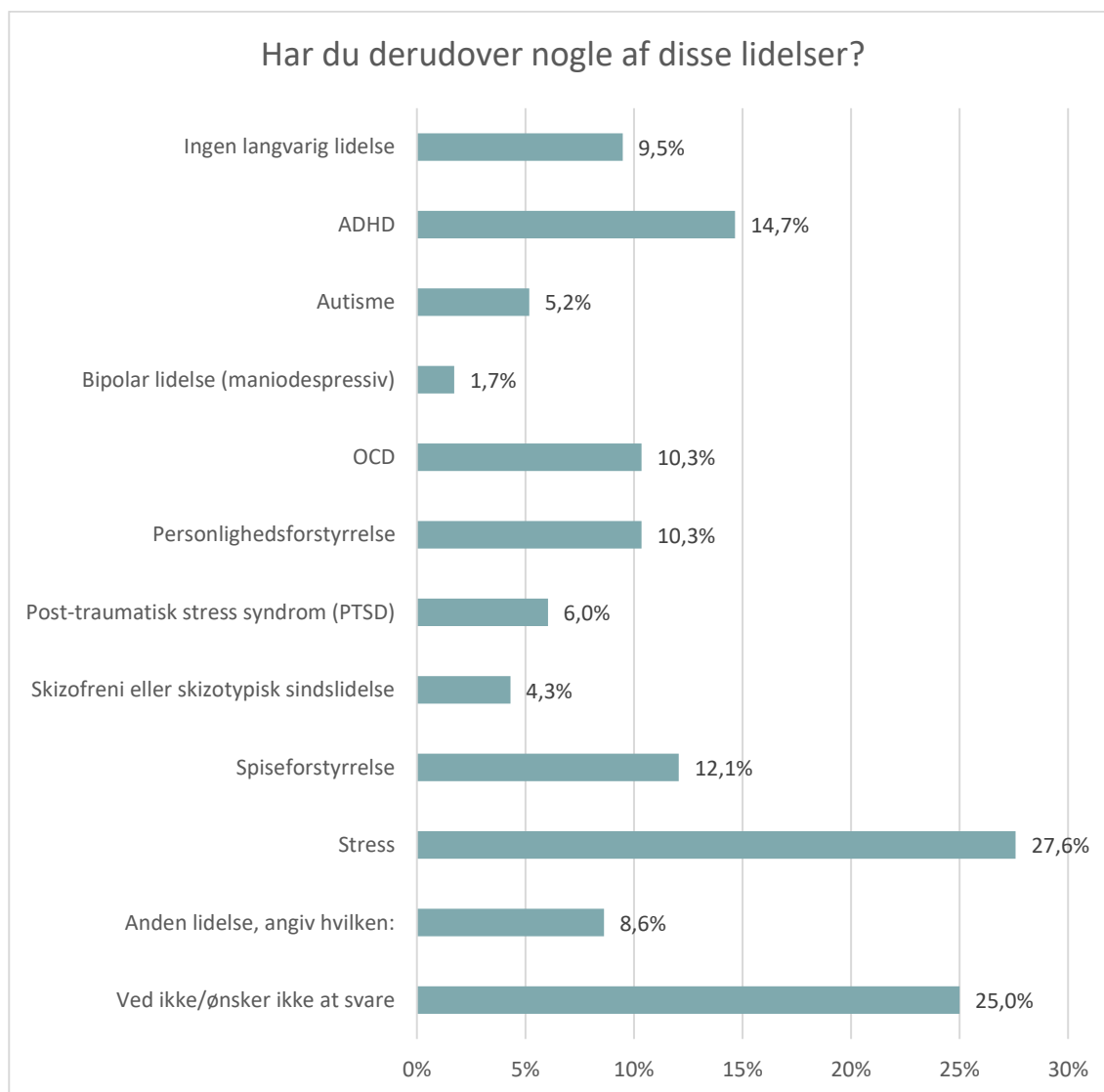
Antal besvarelser: 116

Figur 3.11. Misbrug i familien



Antal besvarelser: 116

Figur 3.12. Øvrige lidelser

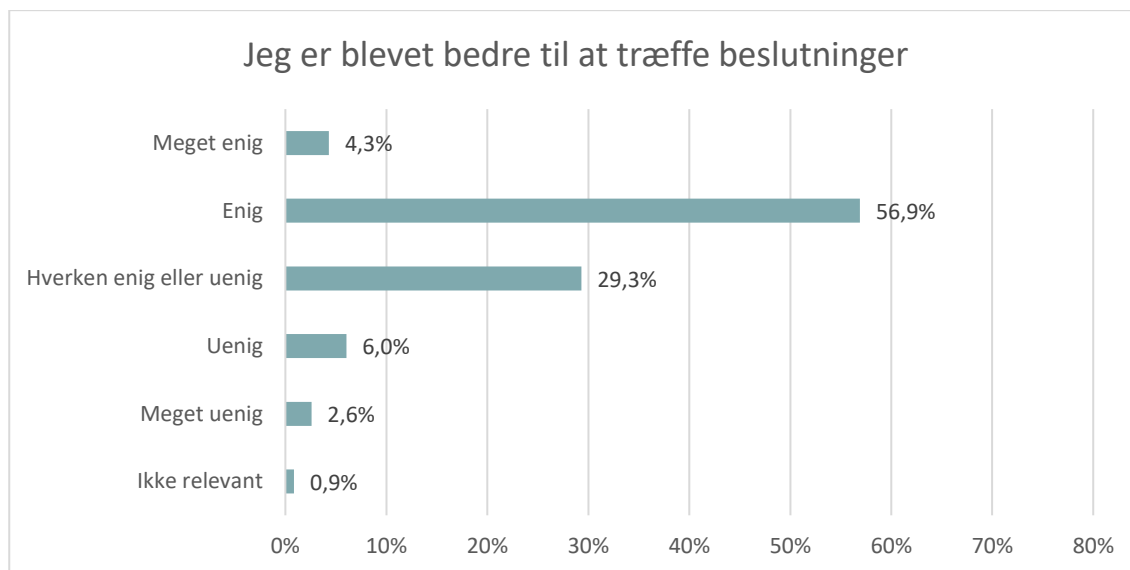


Antal besvarelser: 116. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svar.

4. Selvvurderet udbytte af og tilfredshed med kurset

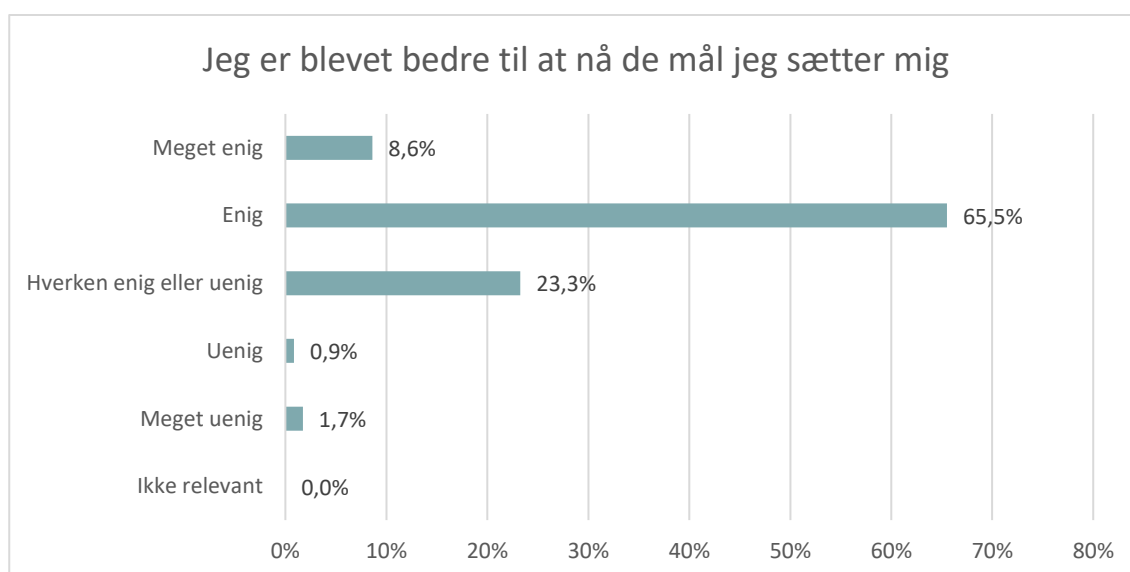
Alle kursister er blevet bedt om at erklære sig enige eller uenige i 20 forskellige udsagn vedrørende deres selvopfattede udbytte af kurset samt deres tilfredshed med kursusforløbet. Det er f.eks. kursisternes vurdering af værktøjer og metoder på kurset eller deres tilfredshed med instruktørerne. Følgende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

Figur 4.1.



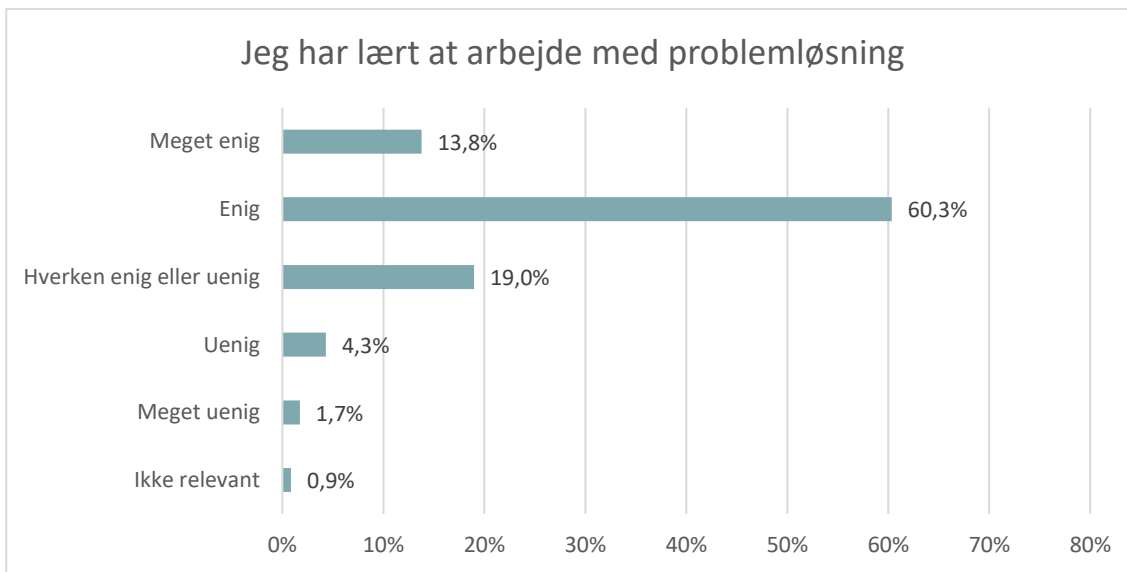
Antal besvarelser: 116

Figur 4.2.



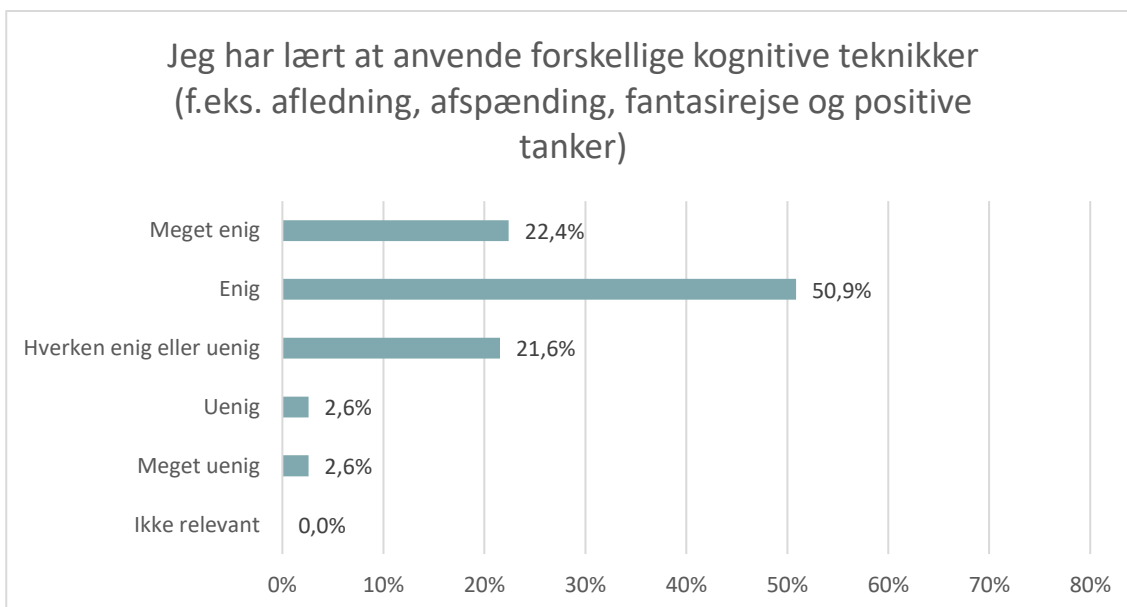
Antal besvarelser: 116

Figur 4.3.



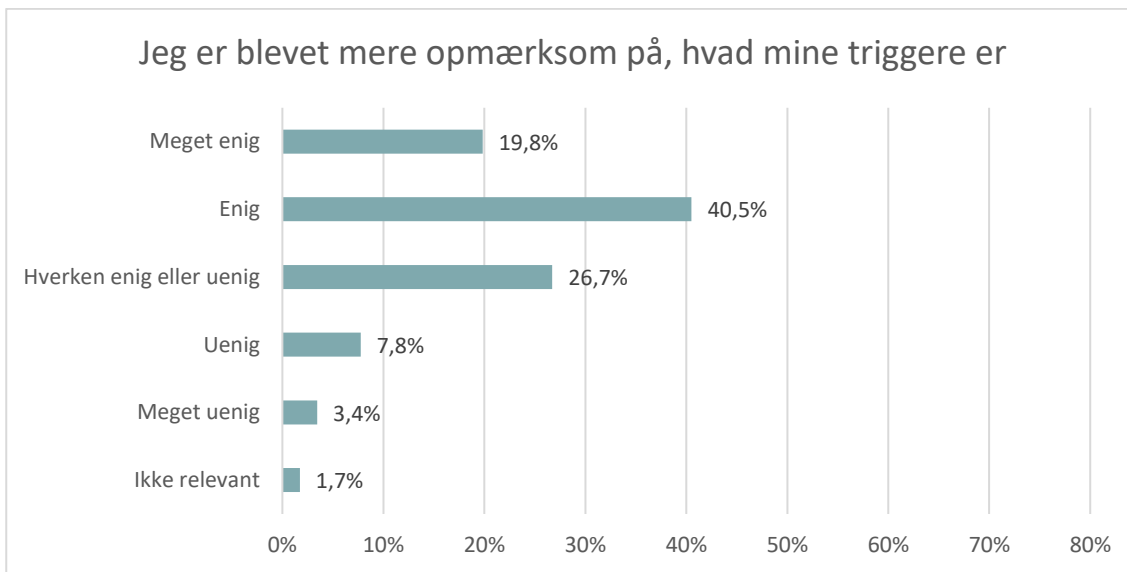
Antal besvarelser: 116

Figur 4.4.



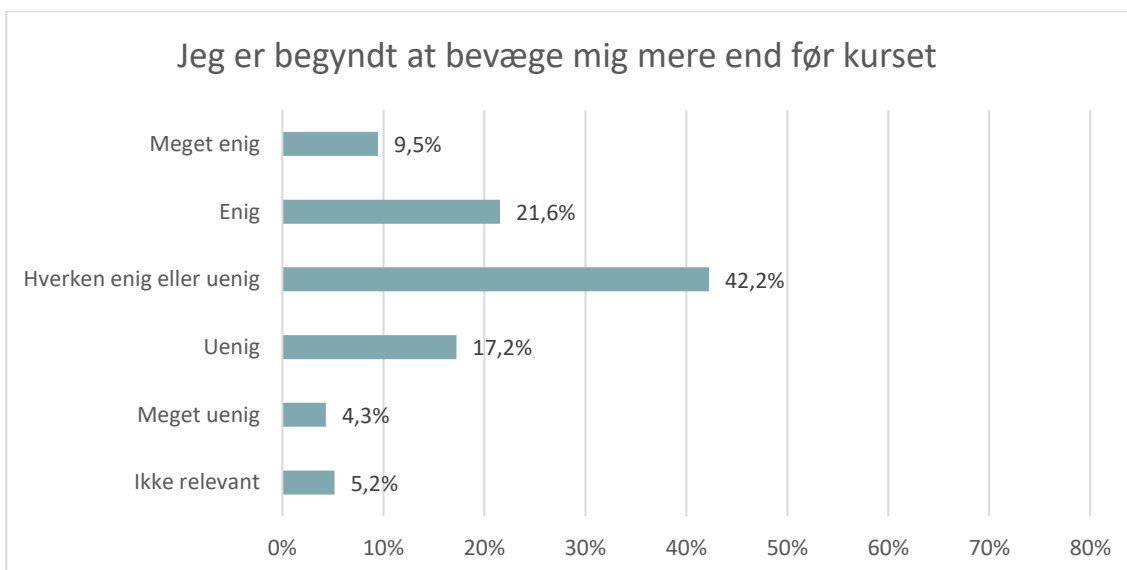
Antal besvarelser: 116

Figur 4.5.



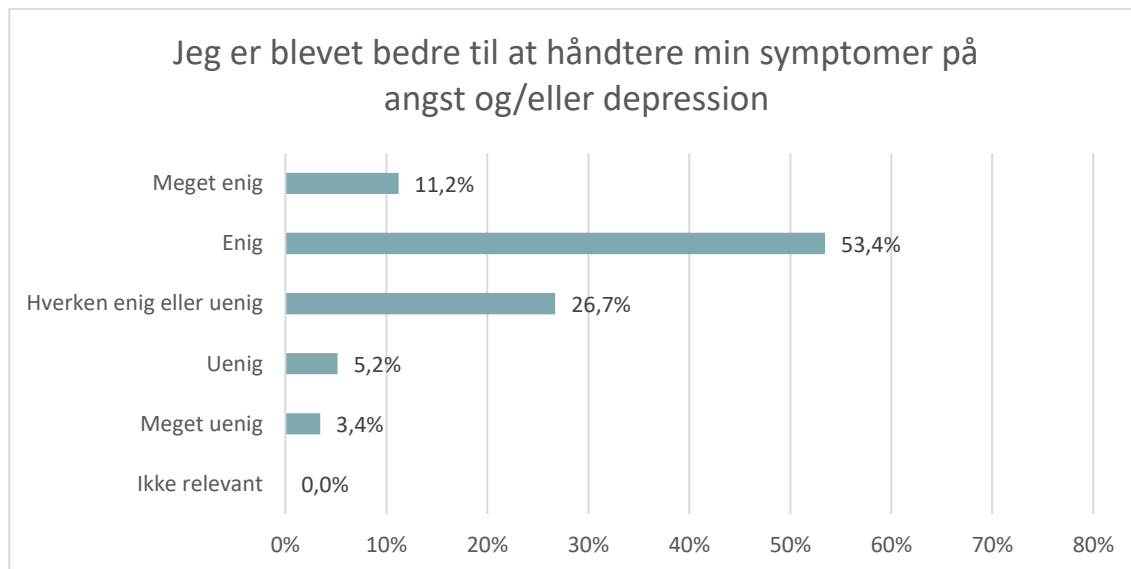
Antal besvarelser: 116

Figur 4.6.



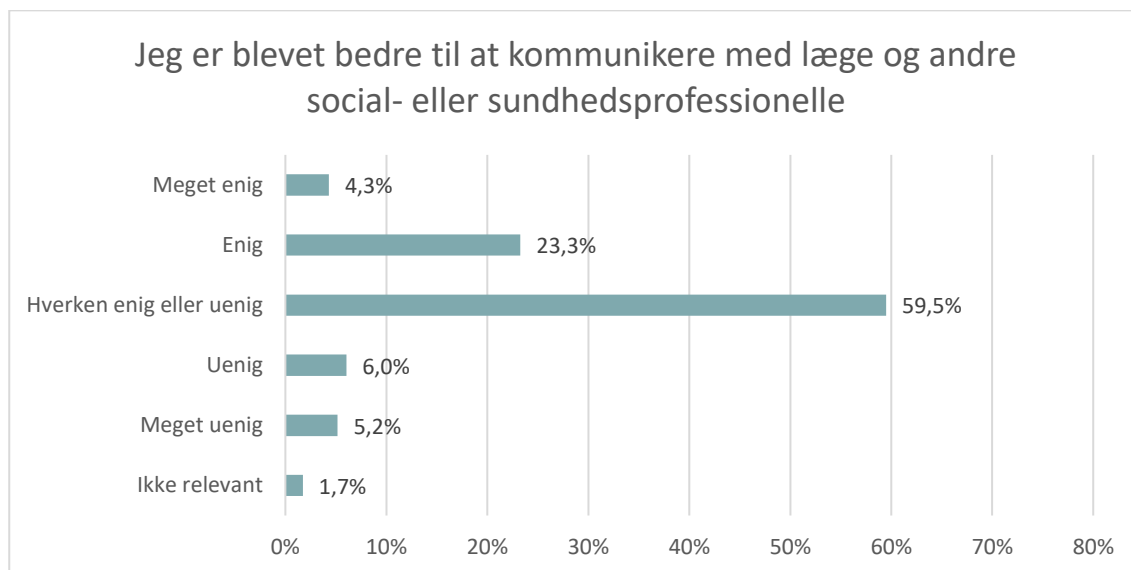
Antal besvarelser: 116

Figur 4.7.



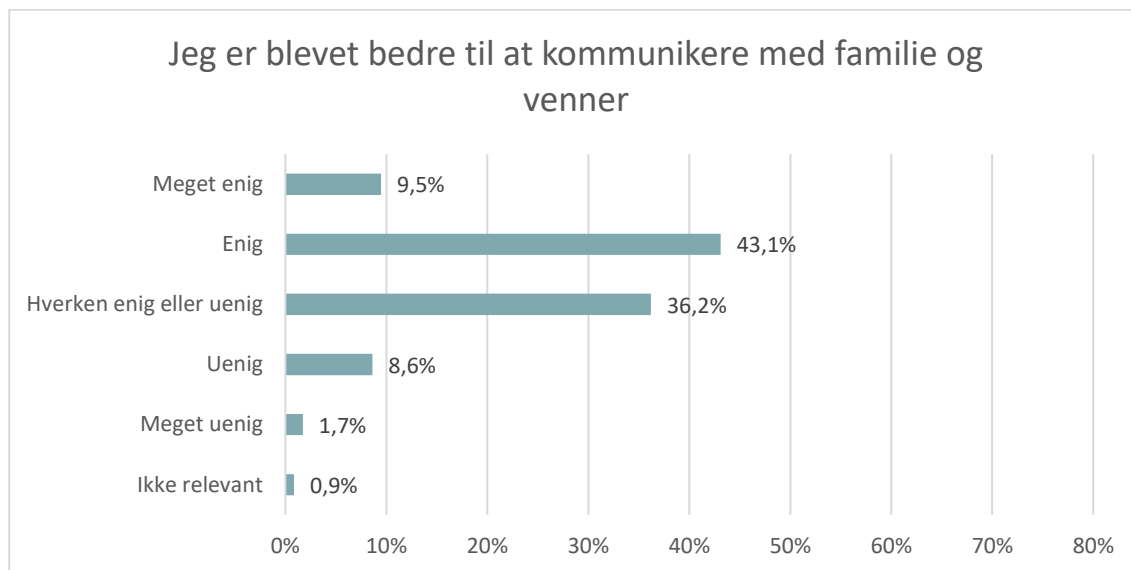
Antal besvarelser: 116

Figur 4.8.



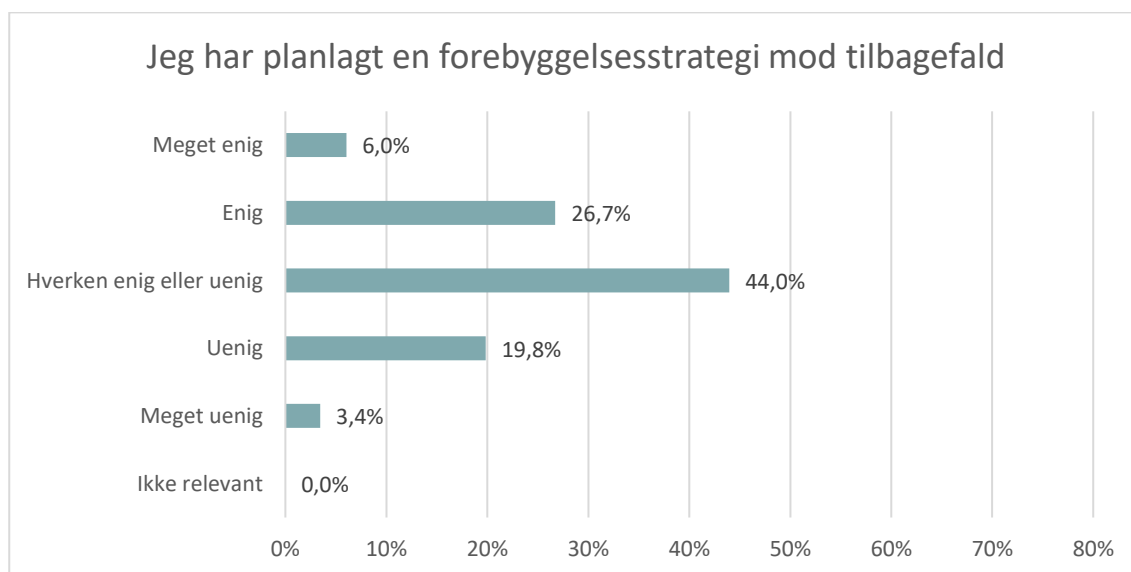
Antal besvarelser: 116

Figur 4.9.



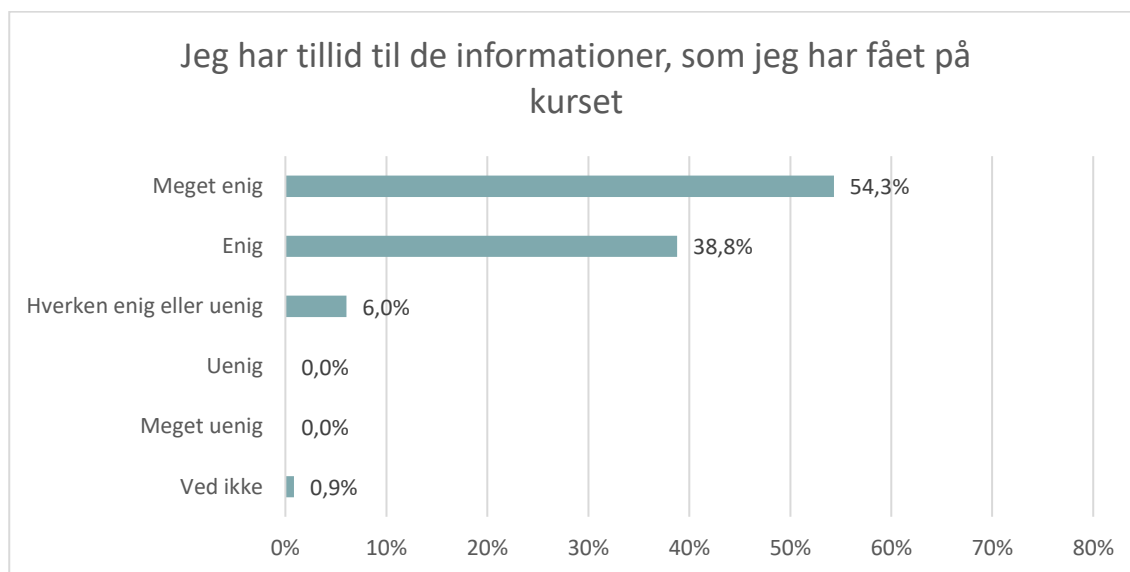
Antal besvarelser: 116

Figur 4.10.



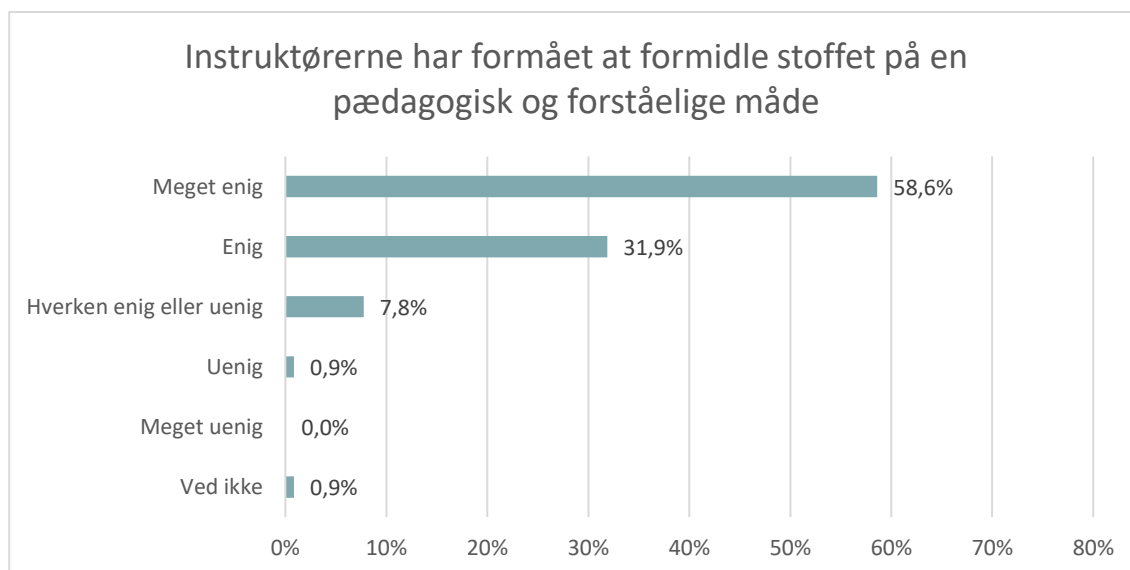
Antal besvarelser: 116

Figur 4.11.



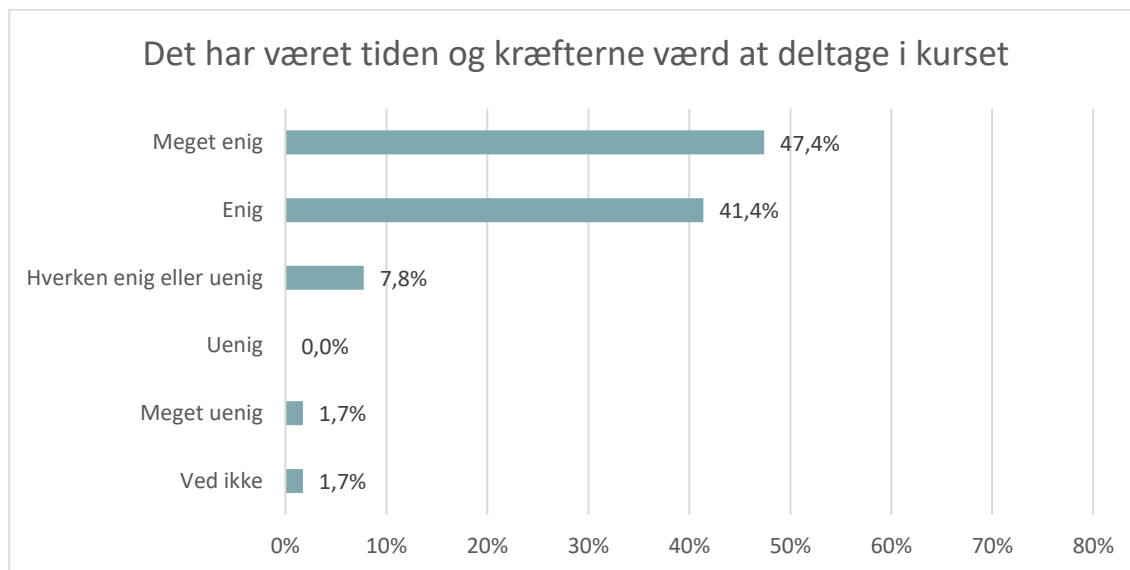
Antal besvarelser: 116

Figur 4.12.



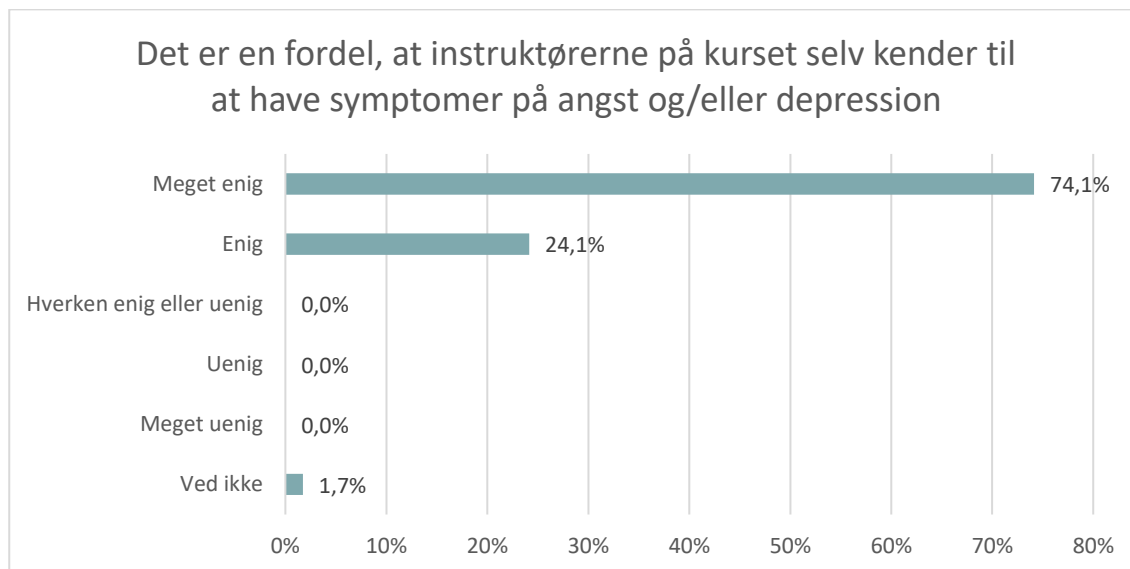
Antal besvarelser: 116

Figur 4.13.



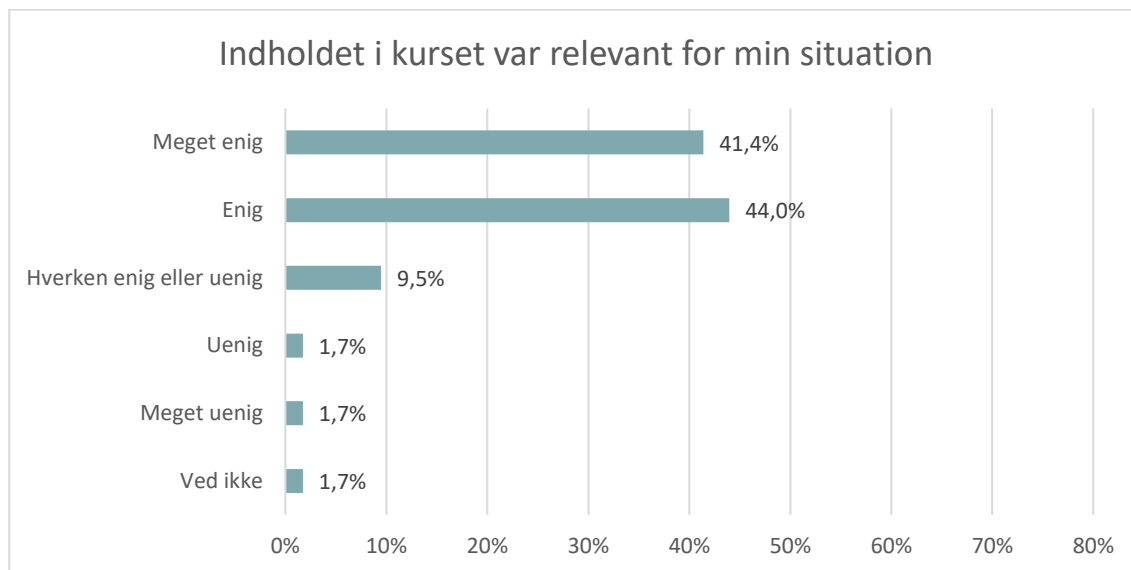
Antal besvarelser: 116

Figur 4.14.



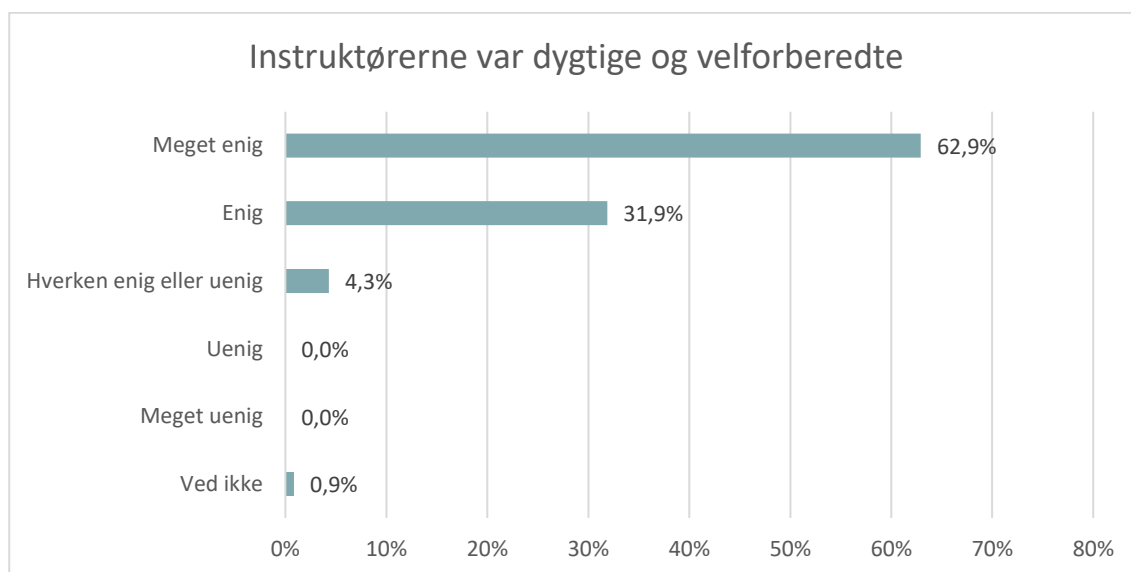
Antal besvarelser: 116

Figur 4.15.



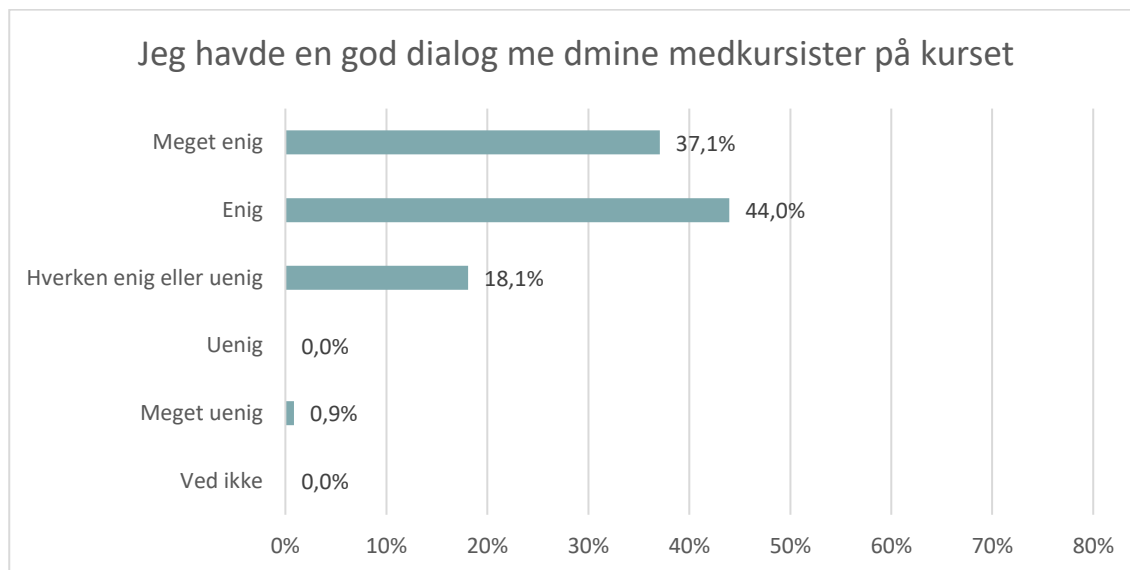
Antal besvarelser: 116

Figur 4.16.



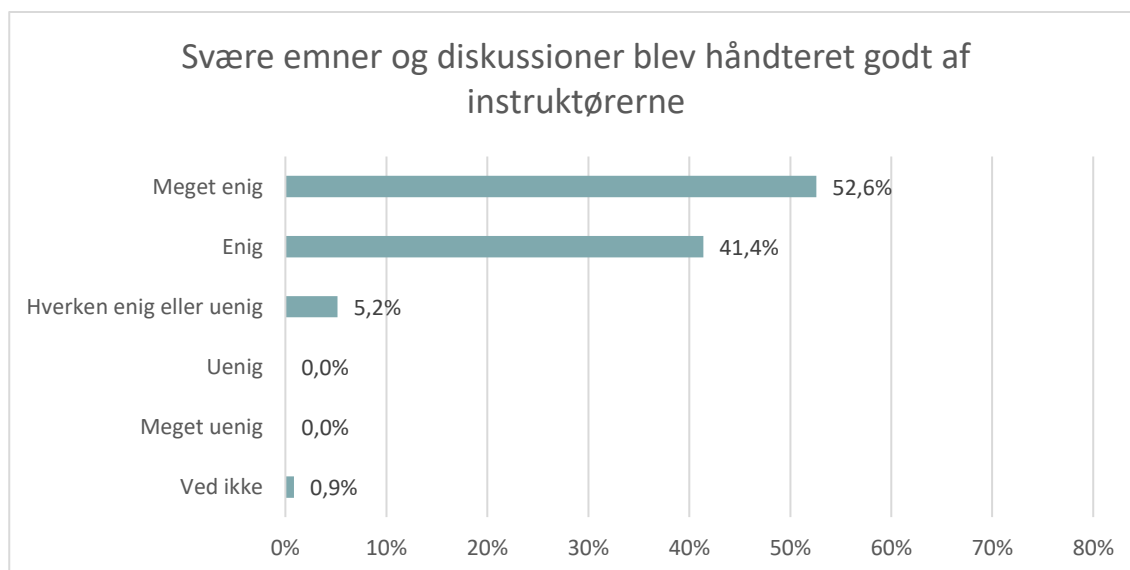
Antal besvarelser: 116

Figur 4.17.



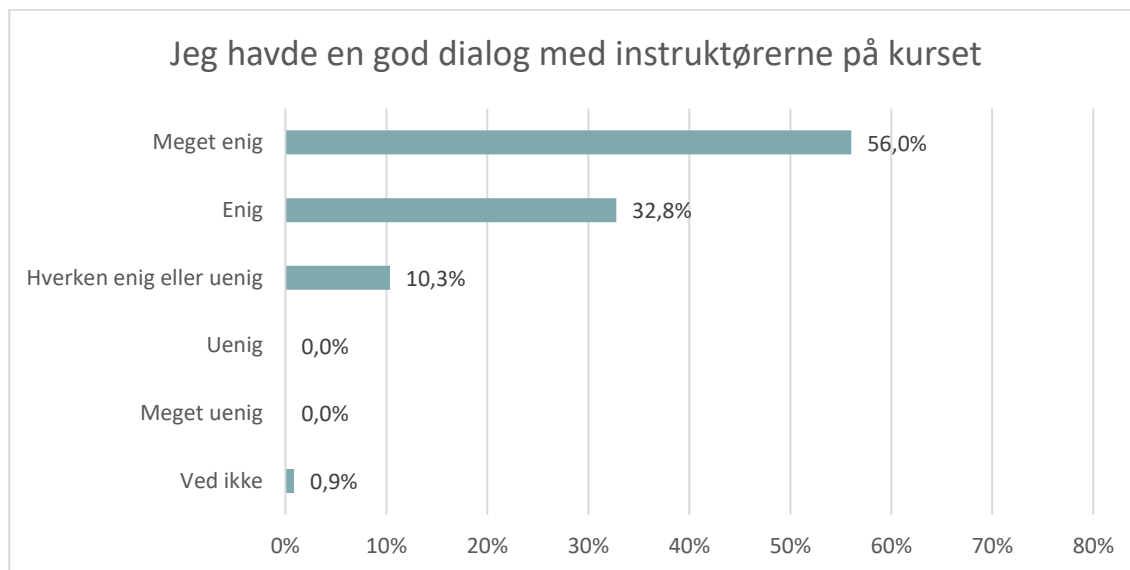
Antal besvarelser: 116

Figur 4.18.



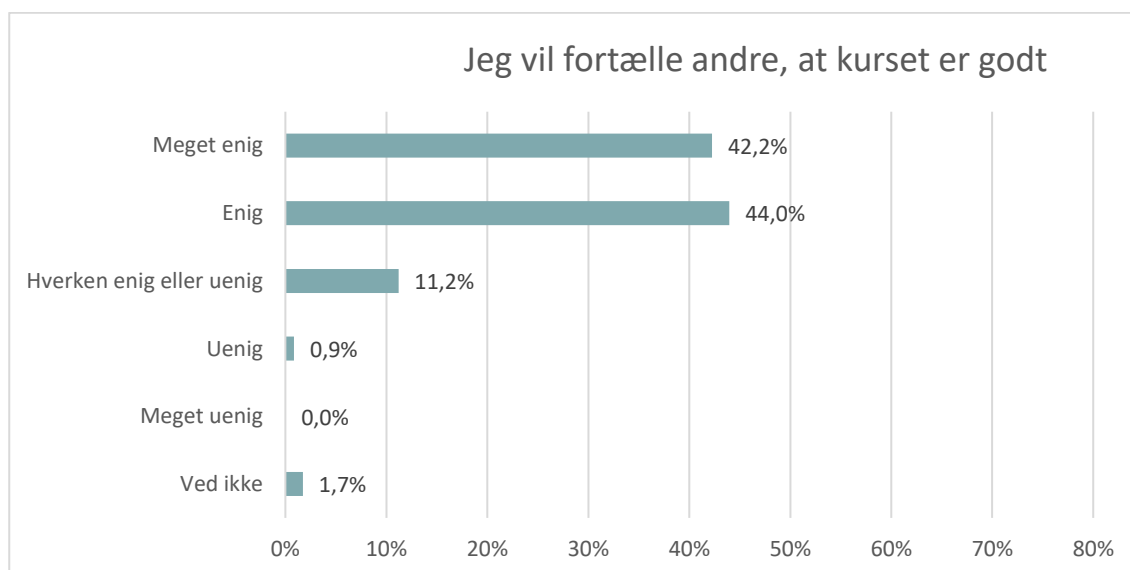
Antal besvarelser: 116

Figur 4.19.



Antal besvarelser: 116

Figur 4.20.

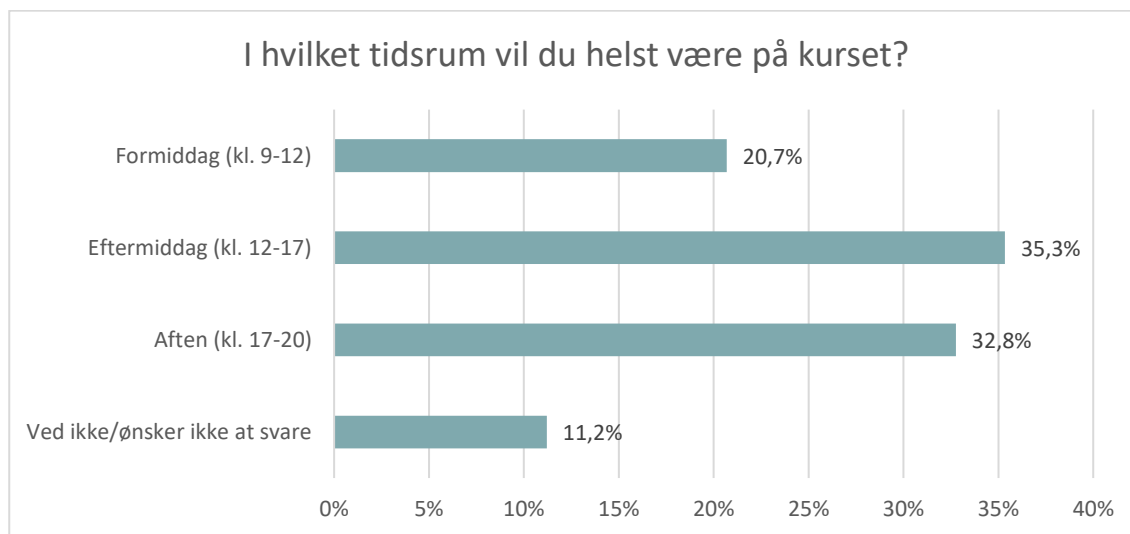


Antal besvarelser: 116

5. Praktiske forhold

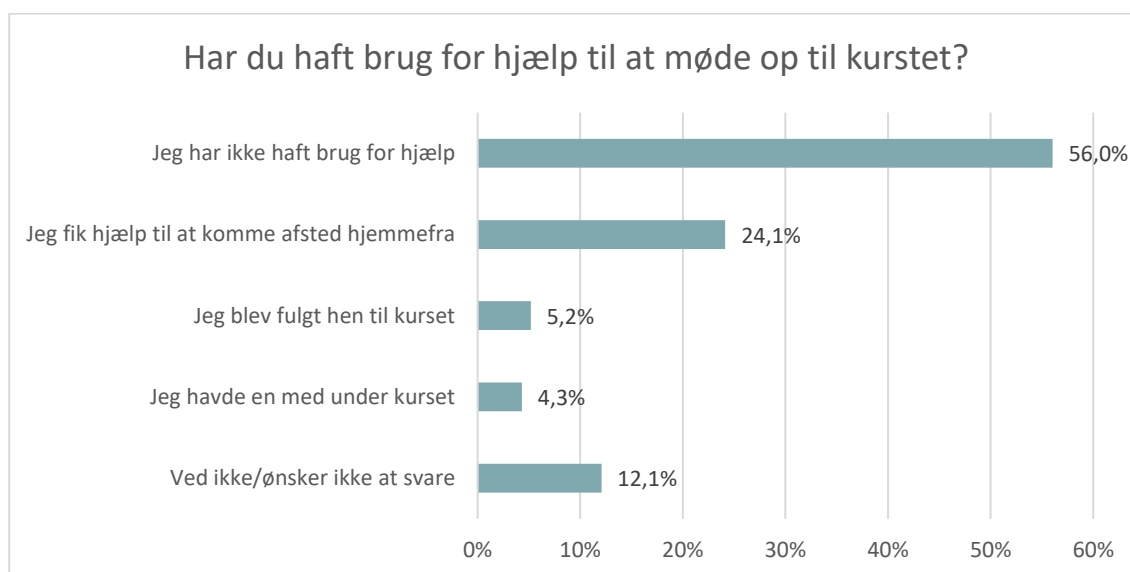
Kursisterne er blevet spurgt om, hvilket tidspunkt på dagen de foretrækker at deltage på et kursus, om de har haft brug for hjælp til at møde op til kurset, og hvordan de har hørt om kurset. Følgende afsnit indeholder et overblik over disse besvarelser.

Figur 5.1. Foretrukket kursustidspunkt



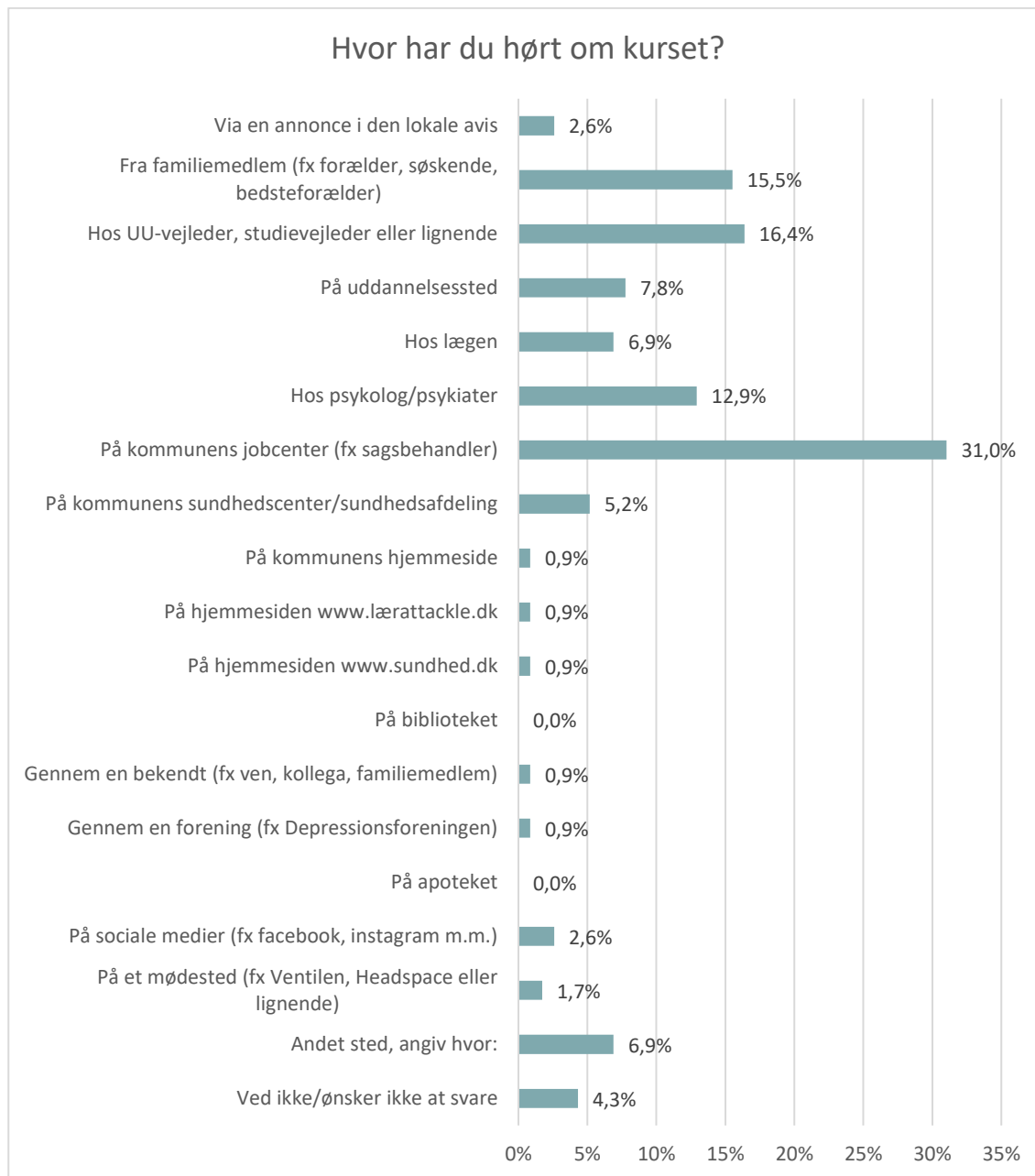
Antal besvarelser: 116

Figur 5.2. Hjælp til fremmøde



Antal besvarelser: 116

Figur 5.3. Kendskab til kurset



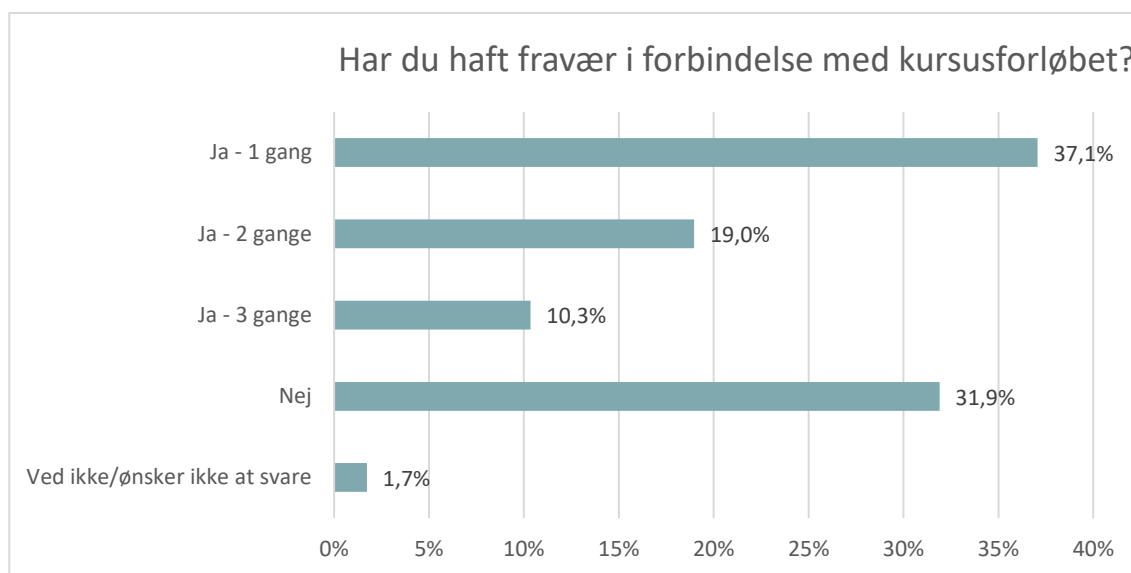
Antal besvarelser: 116. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svar.

6,9 % (8 kursister) har svaret "Andet sted" og her nævnes bl.a., at kursisterne har hørt om kurset gennem deres mentor, en ven eller headspace.

6. Fravær

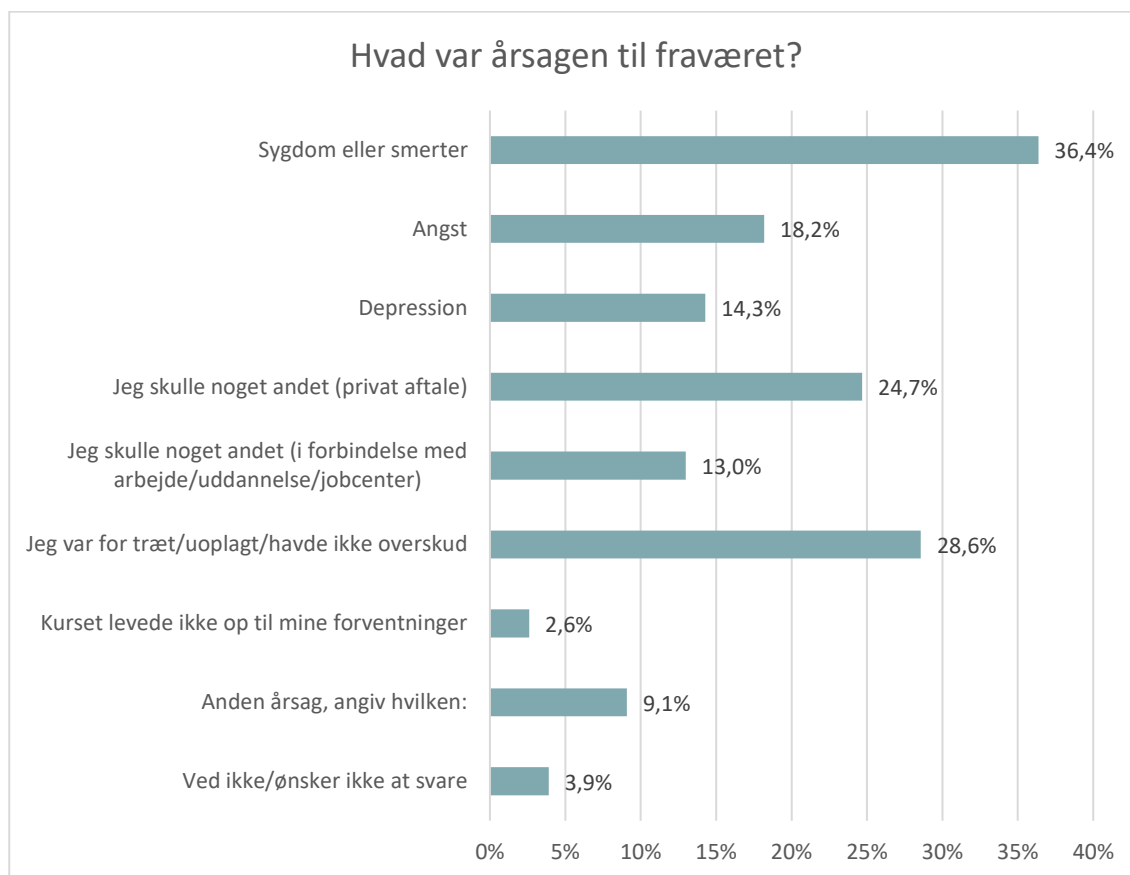
Kursisterne er blevet spurgt til, hvor meget fravær de har haft på kurset, samt hvad årsagerne til dette eventuelle fravær har været. Besvarelsene fremgår i det følgende.

Figur 6.1. Antal fraværsmøder



Antal besvarelser: 116

Figur 6.2. Årsager til fravær

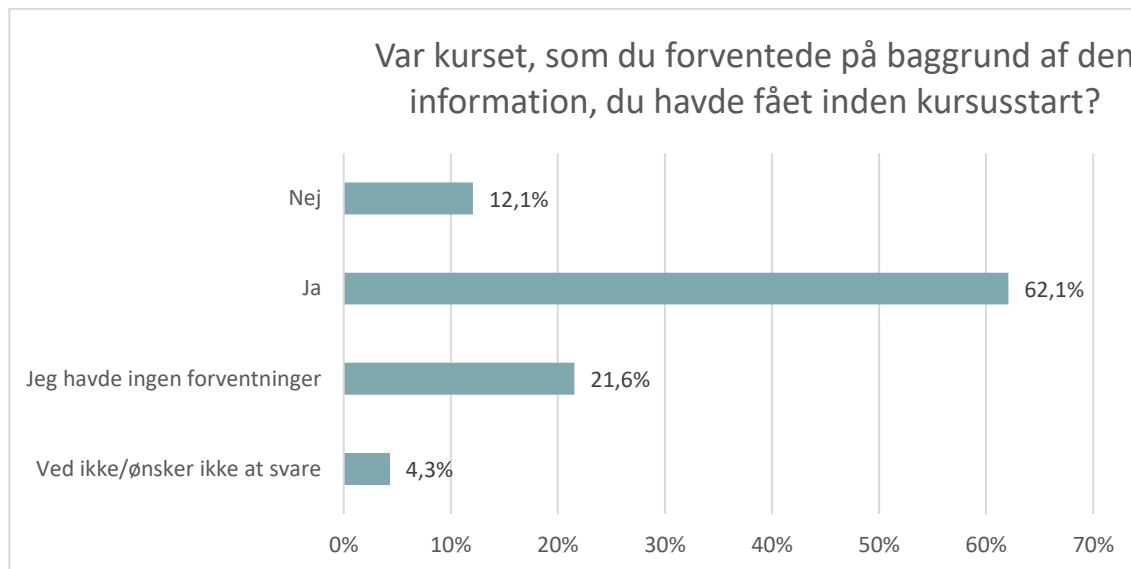


Antal besvarelser: 77. Spørgsmålet er kun blevet stillet dem, der har haft fravær på kurset. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svarmuligheder.

7. Forventninger til og generel tilfredshed med kurset

Alle kursister er blevet spurgt til, om kurset var som forventet på baggrund af den information, de har fået inden kurset, hvad det har betydet for dem at være del af en gruppe, og om deres generelle tilfredshed med kurset. Besvarelserne fremgår i det følgende.

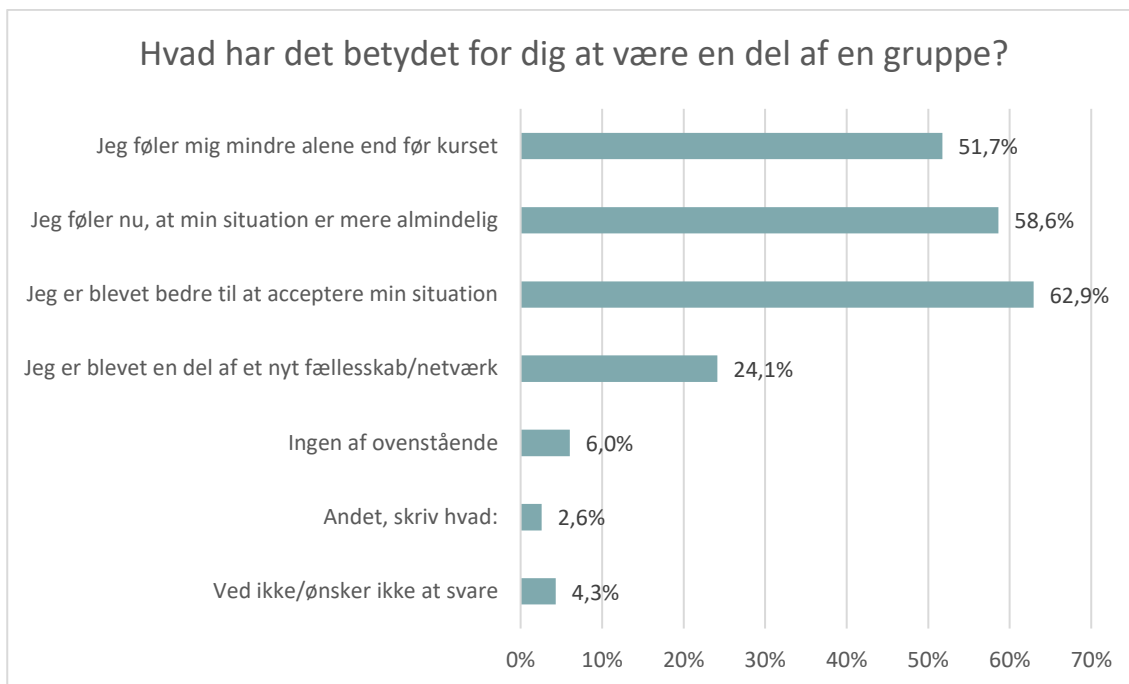
Figur 7.1. Forventninger til kurset



Antal besvarelser: 116

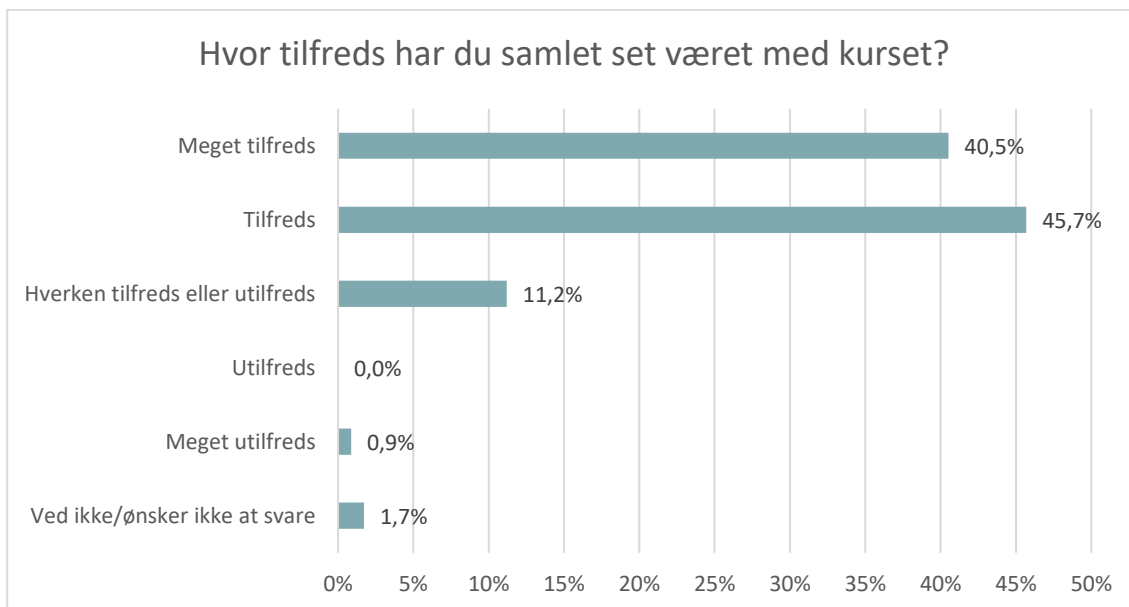
12,1 % (14 kursister) svarer nej til spørgsmålet og begrundet det bl.a. med, at de havde forventet, at man ville behandle specifikke former for angst og få teknikker til at tackle angst i specifikke situationer. Nogle kursister angiver, at kurset var bedre end hvad de havde forventet.

Figur 7.2. Gruppens betydning



Antal besvarelser: 116. Respondenterne har haft mulighed for at vælge flere svar.

Figur 7.3. Tilfredshed med kurset samlet set



Antal besvarelser: 116.