

LÆR AT LEVE med kronisk sygdom

PROJEKT MERE TID



Komiteen for Sundhedsoplysning

Indhold

1	INTRODUKTION	2
2	MATERIALE OG METODER.....	4
2.1	SPØRGESKEMABESVARELSER	5
2.2	INTERVIEWS MED INSTRUKTØRER.....	6
3	UNDERSØGELSENS RESULTATER	7
3.1	KURSISTERNES OPLEVELSER MED LÆR AT LEVE-KURSET.....	7
3.2	KURSISTERNES OPLEVELSER MED PROJEKT MERE TID	11
3.3	INSTRUKTØRERNES OPLEVELSER MED PROJEKT MERE TID.....	14
4	DISKUSSION AF RESULTATER	17
5	SAMMENFATNING OG ANBEFALING	19
6	REFERENCER.....	21

1 Introduktion

I forbindelse med de løbende evalueringer af patientuddannelsesforløbet ”LÆR AT LEVE med kronisk sygdom” har kursisterne ofte efterspurgt mere tid til samtale under forløbet. Dette observeres i tilbagemeldinger fra instruktører i de nationale data samt ud fra erfaringer med vejledninger rundt om i landet.

For at imødekomme denne efterspørgsel har Komiteen for Sundhedsoplysning i efteråret 2010 gennemført Projekt Mere Tid, idet vi ønsker at undersøge virkningerne af at tilbyde kursisterne mere tid til indbyrdes samtale.

Tidsrammen på LÆR AT LEVE-kurset er struktureret på en måde, der sikrer, at kurset ikke ender som et erfaringsudvekslingskursus eller en selvhjælpsgruppe, og der foreligger god evidens for kursets effekt ud fra den nuværende struktur (1). Gives der mere tid under selve kursusforløbet, ses en tendens til, at metoderne ændres, hvorved betingelserne for kursisters refleksioner og handlinger ændres. Dette kan skabe frustration blandt kursisterne og større udfordringer i at facilitere processen for instruktørerne. Derudover kan det have betydning for kursets effekter på deltagerne.

Dette, samt det faktum, at der fra Stanford Universitetets side ikke gives dispensation til at ændre på tidsrammen, betyder, at denne bør fastholdes fremover. I stedet har Komiteen for Sundhedsoplysning ønsket at afprøve, om det kan have betydning for kursisters oplevelse af tidspres, at der afsættes 30 minutter til løs snak og erfaringsudveksling før modulet, hvor instruktørerne ikke er til stede.

Formålet med Projekt Mere Tid er at belyse, om der er forskel på kursisters tilbagemeldinger vedrørende tilfredshed med kurset, samt forskelle i oplevelse af tidspres i testkommuner, der tilbyder ekstra tid inden modul 2-6 og sammenligningskommuner, der afvikler kurset ”LÆR AT LEVE med kronisk sygdom” på almindelig vis.

Samtidigt ønsker vi at undersøge, hvilken rolle instruktørerne bør have i denne ekstra tid, da både instruktører og kursister potentielt vil være påvirket af initiativet.

På baggrund af disse formål vil vi i nærværende rapport:

- afdække eventuelle forskelle mellem testkommuner og sammenligningskommuner i forhold til tilfredshed og oplevelse af tidspres
- undersøge, hvordan Projekt Mere Tid er blevet modtaget og anvendt af kursister og instruktører
- beskrive, hvilke faktorer der, ifølge kursister og instruktører, udgør de bedst mulige forudsætninger for et positivt udbytte
- vurdere, om det på baggrund af Projekt Mere Tid kan anbefales, at kommunerne tilbyder kursisterne 30 minutter ekstra samtaletid i forbindelse med kurset.

Rapporten fungerer dels som dokumentation for virkningen af Projekt Mere Tid, dels som grundlag for videreudvikling af kurset ”LÆR AT LEVE med kronisk sygdom”. Rapporten er således tiltænkt at finde anvendelse både blandt kommuner og internt i Komiteen for Sundhedsoplysning.

Rapporten er udarbejdet af Louise Bagger Iversen, cand.scient.san.publ. i samarbejde med Malene Norborg, projektkoordinator, Komiteen for Sundhedsoplysning og Tove Voss, koordinator i Skanderborg Kommune.

En stor tak skal lyde til kursister, instruktører og koordinatore i de kommuner, der har deltaget i undersøgelsen.

Komiteen for Sundhedsoplysning, januar 2011

2 Materiale og metoder

I efteråret 2010 stillede 11 kommuner deres data fra afholdte kurser til rådighed for Komiteen for Sundhedsoplysning.

Seks testkommuner tilbød kursisterne på LÆR AT LEVE-kurserne, at de kunne mødes til en halv times uformel samtale forud for modul 2-6. Instruktørerne skulle ikke være til stede hos kursisterne i denne halve time, men skulle bruge den på egen forberedelse til modulet. Frederiksberg og Roskilde Kommuner afholdt to kurser hver, Norddjurs, Skanderborg, Silkeborg og Viborg Kommuner afholdt et kursus hver.

Fem sammenligningskommuner afviklede LÆR AT LEVE-kurset på almindelig vis. Fredensborg Kommune afholdt 2 kurser, og Assens, København, Køge og Rebild Kommuner afholdt et kursus hver.

Nærværende rapport bygger på informationer fra:

- Et spørgeskema, der i forvejen anvendes på LÆR AT LEVE-kurset
- Et spørgeskema givet til kursister på kurser i testkommunerne
- Interviews med 15 instruktører på kurser i testkommunerne

Ved at indhente informationer fra både spørgeskemaer og interviews kombinerer vi styrkerne ved de kvantitative og kvalitative metoder (2). Spørgeskemaer giver os mulighed for at nå ud til mange kursusedtagere på en gang og herved få adgang til en bred vifte af information om flere deltagere end gennem enkelt- eller fokusgruppe-interviews om de samme emner. På den måde kan vi opstille en række kvantitative mål for eventuelle forskelle mellem kursisters oplevelser i test- og sammenligningskommunerne. Ud over de kvantitative mål rummer de anvendte spørgeskemaer dog også en række spørgsmål med åbne svarmuligheder, hvor kursisterne kan skrive frit og give mere ordrige svar. På den måde kan vi også få et mere uddybende indblik i den enkelte kursists oplevelse.

Interviewsituationen giver os mulighed for at spørge mere i dybden til oplevelsen med Projekt Mere Tid. Den direkte kontakt mellem interviewer og instruktør giver mulighed for at stille uddybende spørgsmål til instruktørens udsagn og på den måde løfte sløret for betragtninger, som måske ikke lader sig fange så nemt i et spørgeskemas afkrydsningskategorier (3).

2.1 Spørgeskemabesvarelser

I forbindelse med kursusafslutning udfyldte kursusdeltagerne et evalueringsskema, som var ens for både test- og sammenligningskommuner. Herefter indtastede koordinatorene besvarelserne online i en internetbaseret database, hvorved Komiteen for Sundhedsoplysning fik adgang til disse data i elektronisk form. Evalueringsskemaet indeholdt spørgsmål omkring:

- Baggrundsinformation (bopæl, køn, alder, civilstatus, uddannelse og beskæftigelse)
- Deltagernes bevæggrunde for at deltage i kurset (herunder om de var pårørende eller mennesker med kronisk sygdom)
- Kursisternes eventuelle kroniske sygdom(me)
- Oplevelser med kurset (udbytte, tilfredshed, forventninger)
- Fravær
- Transport til og fra kurset samt hvordan de havde fået kendskab til kurset.

I alt svarede 68 kursister fra testkommunerne og 61 kursister fra sammenligningskommunerne på dette spørgeskema¹. En enkelt testkommune stoppede dog tilbuddet før tid på grund af stort frafald på selve kurset, hvorfor vi ikke har spørgeskemadata fra denne kommune.

Kursister på kurser i testkommunerne blev ud over det almindelige evalueringsskema også bedt om at udfylde et kort spørgeskema, som specifikt handlede om de 30 minutters ekstra tid.

Kursisterne blev spurgt om:

- Hvorvidt de havde deltaget, og i så fald hvor mange gange?
- Hvorfor de (ikke) havde deltaget?
- Hvad de deltagende kursister havde brugt tiden til?
- Hvilke fordele de deltagende kursister oplevede ved at mødes en halv time før det programsatte modul?
- Hvorvidt de deltagende kursister havde forslag til forbedringer?

Dette spørgeskema var der 65 deltagere, der udfyldte².

Data fra spørgeskemaerne blev bearbejdet og analyseret med henblik på at undersøge, om der kunne observeres forskelle i besvarelser fra testkommuner og sammenligningskommuner i forhold til kursisternes tilfredshed og oplevelse af tidspres.

¹ Dog varierer det totale antal respondenter, der har svaret på de enkelte spørgsmål, da ikke alle respondenter har svaret på alle spørgsmål.

² Også i dette datasæt varierer det totale antal respondenter, der har svaret på de enkelte spørgsmål.

2.2 Interviews med instruktører

I perioden oktober-december 2010 foretog Louise Bagger Iversen og Malene Norborg i alt 15 telefoninterviews med instruktører på otte forskellige kurser fra testkommunerne. Interviewene varede cirka 30 minutter hver, og samtalen var struktureret ud fra en række spørgsmål, der havde til formål at belyse instruktørernes oplevelser med kursisternes mulighed for at mødes forud for kursusmodulerne, herunder deres rolle i forbindelse med den ekstra halve time.

Interviewene blev ikke optaget, og en egentlig transskribering fandt derfor ikke sted. Undervejs noterede interviewererne instruktørernes svar så fyldestgørende som muligt og renskrev sin kladde umiddelbart efter hvert interview.

Efter indsamling af alle interviewdata blev disse gennemlæst i sammenhæng, og umiddelbare tanker og pointer blev noteret undervejs. Herefter blev interviewene gennemlæst igen, for at sikre, at vigtige pointer ikke var blevet overset, og pointerne blev genovervejet og dernæst grupperet i overordnede temaer. Disse temaer bliver præsenteret og gennemgået i det følgende afsnit om undersøgelsens resultater.

3 Undersøgelsens resultater

Dette afsnit bygger på data fra kursister, som gennemførte kurset. I resultatafsnittet har vi således ikke gennemgået data for de kursister, der er frafaldet kurset. Dette skyldes, at det kun drejer sig om 9 kursister, hvis frafald, på baggrund af deres besvarelser, kun hos en enkelt kan relateres til en oplevelse af tidspres.

3.1 Kursisternes oplevelser med LÆR AT LEVE-kurset

I det følgende afsnit gennemgås udvalgte frekvenstabeller og åbne spørgsmål fra det generelle spørgeskema til LÆR AT LEVE-kurset.

Af frekvenstabellerne fremgår det, at der ikke er de store forskelle mellem test- og sammenligningskommunerne i forhold til kursisternes personlige udbytte, deres oplevelser med kurset samt fravær. Dog peger resultaterne i retning af, at kommunikation, både i sammenhænge uden for kurset og under selve kursusforløbet, er styrket i testkommunerne.

I forhold til det ene udfaldsmål, tilfredshed, ser vi heller ikke den store forskel mellem grupperne, idet mere end 93 % i begge grupper svarer, at de er tilfredse eller meget tilfredse med kurset. I forhold til det andet udfaldsmål, oplevelse af tidspres, viser de åbne besvarelser, at færre kursister i testkommunerne efterspørger mere tid til samtale i forhold til i sammenligningskommunerne.

Personligt udbytte

I forhold til spørgsmålene, der drejede sig om respondenternes personlige udbytte af kurset, er der overordnet set ikke store procentvise forskelle mellem de to grupper (tabel 1). I de fleste tilfælde er forskellen under 6 %. I forhold til undersøgelsens fokus, er det dog værd at fremhæve, at cirka 70 % i testkommunerne, mod 60 % i sammenligningskommunerne, svarer, at de er enige eller meget enige i, at de er blevet bedre til at kommunikere. Dette fund peger således i retning af, at den ekstra tid til samtale er med til at understøtte LÆR AT LEVE-kursets læringsmål om, at kursisterne skal forbedre deres kommunikationsevner.

Tabel 1: Respondenter, der er enige eller meget enige i følgende udsagn, opdelt efter kommunestatus:

	Test-kommuner		Sammenlignings-kommuner	
	n [†]	% [‡]	n	%
Jeg er blevet bedre til at nå de mål, jeg sætter mig	63	94,0	49	87,5
Jeg er blevet bedre til at håndtere træthed	39	61,9	36	65,5
Jeg har lært at arbejde med problemløsning	58	90,6	45	78,9
Jeg er blevet bedre til at håndtere problemer i forbindelse med min sygdom	48	72,7	42	79,2
Jeg har lært at anvende forskellige afspændingsteknikker	54	81,8	44	78,6
Jeg har fået sundere kostvaner	38	59,4	26	49,1
Jeg er blevet bedre til at håndtere problemer i forbindelse med det at være pårørende til en med sygdom	28	66,7	26	68,4
Jeg har lært at aflede mine tanker	49	73,1	37	68,5
Jeg er blevet bedre til at håndtere vanskelige følelser, fx tristhed, nedtrykthed og bekymring	49	74,2	38	69,1
Jeg er blevet mere fysisk aktiv	41	63,1	31	57,4
Jeg er blevet bedre til at håndtere smerter	32	50,8	28	56,0
Jeg er blevet bedre til at kommunikere	45	70,3	34	60,7

[†] n = antal respondenter, der er enige eller meget enige i ovenstående udsagn.

[‡] Da det totale antal respondenter, der har svaret på de enkelte spørgsmål, varierer, kan procentsatsen variere i to forskellige spørgsmål, på trods af samme n.

Oplevelse af kursusforløbet

Som ved respondenternes personlige udbytte ses der heller ikke i respondenternes oplevelse af kursusforløbet den store forskel mellem grupperne (tabel 2).

Dog er der enkelte udsagn, hvor man kan observere større procentvise forskelle. I forhold til om respondenterne fandt indholdet i kurset relevant for deres situation, svarede cirka 89 % fra testkommunerne, at de er enige/meget enige i dette, hvorimod dette gør sig gældende for knap 75 % af respondenterne i sammenligningskommunerne. I relation til at have en god dialog med sine medkursister ser vi, at 92 % i testkommunerne er enige eller meget enige, i at de havde en god dialog, hvorimod dette i sammenligningskommunerne gør sig gældende for 83 % af respondenterne. Altså en forskel på knap 10 %. Også i forbindelse med at have en god dialog med instruktørerne ses en forskel imellem grupperne i testkommunernes favør (95,5 % henholdsvis 86,4 %). Også disse fund peger altså i retning af, at der kan være et kommunikationsmæssigt udbytte af at tilbyde kursisterne mere tid til samtale.

Tabel 2: Respondenter, der er enige eller meget enige i følgende udsagn, opdelt efter kommunestatus:

	Test-kommuner		Sammenlignings-kommuner	
	n†	%‡	n	%
Jeg har tillid til de informationer og anvisninger, som jeg har fået på kurset	65	98,5	57	95,0
Instruktørerne har formået at formidle stoffet på en pædagogisk og forståelig måde	63	96,9	55	91,7
Det har været tiden og kræfterne værd at deltage i kurset	62	92,5	57	95,0
Det var en fordel, at instruktørerne på kurset selv lever med en kronisk sygdom	63	94,0	57	96,6
Indholdet i kurset var meget relevant for min situation	58	89,2	44	74,6
Instruktørerne var dygtige og velforberedte	64	97,0	59	98,3
Jeg havde en god dialog med mine medkursister på kurset	61	92,4	50	83,3
Svære emner og diskussioner blev håndteret godt af instruktørerne	61	92,4	53	89,8
Jeg havde en god dialog med instruktørerne på kurset	63	95,5	51	86,4
Jeg vil fortælle andre, at kurset er godt	61	93,8	53	93,0

† n = antal respondenter, der er enige eller meget enige i ovenstående udsagn.

‡ Da det totale antal respondenter, der har svaret på de enkelte spørgsmål, varierer, kan procentsatsen variere i to forskellige spørgsmål, på trods af samme n.

Tilfredshed

I forhold til kursisternes overordnede tilfredshed, kan vi ikke observere nogen markant forskel mellem respondenter fra testkommunerne og respondenter fra sammenligningskommunerne. På spørgsmålet om hvor tilfredse de samlet set har været med LÆR AT LEVE-kurset, svarer mere end 93 % i begge grupper, at de er tilfredse eller meget tilfredse med kurset (tabel 3).

Tabel 3: Fordeling af respondenteres tilfredshed, fordelt på kommunestatus

	Test-kommuner		Sammenlignings-kommuner	
	n†	%	n	%
Tilfreds	62	95,4	56	93,3
Hverken tilfreds eller utilfreds	1	1,5	4	6,7
Utilfreds	2	3,1	0	0,0
I alt	65	100,0	60	100,0

† n = antal respondenter.

Fravær

I relation til fravær fandt vi ingen forskel på hverken graden eller årsagerne til fraværet i de to grupper af respondenter.

I begge grupper havde lidt mere end 60 % aldrig haft fravær, og mellem 26 % og 30 % havde været fraværende ved en enkelt kursusgang (tabel 4). Cirka 16 % i begge grupper angav, at fravær havde skyldtes sygdom, og mellem 4 % og 7 % angav, at det skyldtes ferie (tabel 5). Cirka 12-13 % i begge grupper svarede, at det havde skyldtes andre årsager, som respondenterne kunne uddybe efterfølgende. Ved en gennemgang af disse årsager fandt vi dog ikke noget, som kunne relateres til, hvorvidt respondenterne deltog på et kursus, hvor der blev tilbudt ekstra tid eller ej. Årsagerne drejede sig overvejende om sygdom eller begivenheder i familien, eller gamle aftaler.

Tabel 4: Fordeling af respondenter fravær, fordelt på kommunestatus

	Test-kommuner		Sammenlignings-kommuner	
	n†	%	n	%
Intet fravær	41	60,3	37	61,7
1 gang	17	26,2	18	30,0
2 gange	6	9,2	4	6,7
3 gange	1	1,5	1	1,5
I alt	65	100,0	60	100,0

† n = antal respondenter.

Tabel 5: Årsager til respondenter fravær, fordelt på kommunestatus

	Test-kommuner		Sammenlignings-kommuner	
	n†	%	n	%
Sygdom	11	16,2	10	16,4
Ferie	3	4,4	4	6,6
Jeg havde ikke tid	2	2,9	0	0,0
Jeg havde ingen transportmulighed	0	0,0	1	1,6
Jeg var for træt/uoplagt	2	2,9	1	1,6
Kurset levede ikke op til mine forventninger	1	1,5	0	0,0
Jeg skulle til lægen/hospitalet/til kontrol el. lign.	0	0,0	1	1,6
Anden årsag	8	11,8	8	13,1

† n = antal respondenter.

Åbne spørgsmål

I det generelle spørgeskema var der to åbne spørgsmål, som var interessante i forhold til dette projekt. Det drejede sig om spørgsmålene:

- ”Hvad var anderledes ved kurset i forhold til, hvad du have forventet?”
- ”Har du yderligere kommentarer til kurset, er du velkommen til at skrive dem her”

Netop kommentarerne i forbindelse med disse spørgsmål havde ved tidligere evalueringer vist, at respondenter følte et tidspres og var således en af de primære årsager til, at Projekt Mere Tid blev iværksat.

Fra testkommunernes side var der kommentarer fra fem respondenter i fire forskellige kommuner i forhold til, hvad de havde fundet anderledes end forventet. Tre kommentarer drejede sig om, at respondenterne var positivt overraskede over, hvad de havde fået ud af det, og to drejede sig om, at respondenterne havde følt sig fejlplaceret. Der var altså ikke nogen kommentarer, der kunne relateres til en tidsdimension.

Fra sammenligningskommunerne var der seks kommentarer fra fire kommuner. To af kommentarerne (fra samme kommune) drejede sig om, at respondenterne havde forventet mere deltageraktivitet og samtale. De resterende fire kommentarer drejede sig om respondentens udbytte af kurset, hvor to havde været positivt overraskede, og to andre havde forventet et større udbytte af den præsenterede viden og teori.

Med hensyn til respondenternes yderligere kommentarer modtog vi 28 kommentarer fra fire af testkommunerne og 27 kommentarer fra de fem sammenligningskommuner.

En stor del af kommentarerne i begge grupper af kommuner drejede sig om ros og tak til instruktørerne og om kommentarer omkring et positivt udbytte af kurset.

I forhold til konkrete forslag til forbedringer var der i testkommunerne fire af de 28 kommentarer, som rettede sig mod kursets længde og tid til samtale. To foreslog at kurset forløb over længere tid, og to respondenter efterspurgte specifikt mere tid til kommentarer fra og samtale mellem kursisterne.

Blandt sammenligningskommunerne lød der fra alle kommuner en eller flere kommentarer omkring et ønske om et længere forløb/mere tid. Især fra én kommune var der specifik efterspørgsel efter mere tid til samtale kursisterne imellem.

3.2 Kursisternes oplevelser med Projekt Mere Tid

I det følgende gennemgås en række frekvenstabeller og åbne spørgsmål fra Mere-Tid-skemaet. Resultaterne viser, at kursister, der har benyttet sig af tilbuddet, generelt har haft en positiv oplevelse med Projekt Mere Tid. Resultaterne viser endvidere, at kursisterne i høj

grad mødes med de andre deltagere af sociale årsager og for at lære noget. Data peger således i retning af, at mere tid kan være med til at understøtte netværksdannelsen blandt kursisterne, og opfyldelsen af LÆR AT LEVE-kursets læringsmål.

Fremmøde og samtaleemner

I alt 47 ud af 65 (72 %) respondenter svarer, at de har benyttet sig af at mødes med deres medkursister en halv time før det programsatte modul (data ikke vist). Af disse svarer 37 kursister på, hvor mange gange de har mødtes, og her svarer cirka 75 %, at de har benyttet sig af tilbuddet 4 gange eller mere (tabel 6).

Kursisterne blev bedt om at angive, hvad de havde anvendt den halve time til og kunne afkrydse så mange aktiviteter, de ønskede. Heraf fremgår det, at 55 % af kursisterne på et eller andet tidspunkt har diskuteret kursets emner, 54 % har på et tidspunkt talt privat og 45 % har diskuteret forrige modul (tabel 7). Cirka 36 % har brugt noget af tiden på at udveksle erfaringer omkring de anvendte værktøjer, og knap 11 % har brugt tiden til andet, som blandt andet dækker over at tale om sygdomsforløb og behandling.

Tabel 6: Antal gange kursister har mødtes med medkursister

	n†	%
1 gang	6	16,2 %
2 gange	2	5,4 %
3 gange	1	2,7 %
4 gange	9	24,3 %
5 gange	15	40,5 %
6 gange	4	10,8 %
I alt	37	100,0 %

† n = antal respondenter.

Tabel 7: Hvad bliver tiden anvendt til?

	n†	%
Diskussion af/samtale om kursets emner med medkursister	26	55,3 %
Privat samtale	25	53,2 %
Diskussion af/samtale om forrige modul med medkursister	21	44,7 %
Erfaringsudveksling omkring de anvendte værktøjer på kurset	17	36,2 %
Andet	5	10,6 %

† n = antal respondenter.

Det ser altså ud til, at tiden bliver brugt til at diskutere kursusrelevante emner, men også i høj grad til privat samtale. Det følgende afsnit, om grunde til at kursisterne mødes, giver en del af forklaringen på, at mere end halvdelen svarer, at de har brugt tid på privat samtale.

Hvorfor mødes med andre kursister?

Spørgeskemabesvarelser viser, at kursisterne i høj grad mødes med de andre deltagere af sociale årsager. Et klart tema, der går igen blandt kursisterne, er således et ønske om at ”lære sine medkursister bedre at kende”. Kursisterne lægger vægt på, at de mødes, fordi det er hyggeligt, og fordi det sociale samvær er med til at danne en følelse af ”venskab” og ”indbyrdes støtte”. For eksempel nævner flere, at de kommer, fordi der også er tid til at snakke om andre ting end sygdom. At give kursisterne mere tid sammen ser således ud til at være med til at understøtte LÆR AT LEVE-kursets fokus på at danne netværk kursisterne imellem.

Kursisterne beskriver i spørgeskemaet også en række fordele ved at mødes. Disse fordele har et vist overlap med grundene til at dukke op, og det ser især ud til, at kursisterne ser det sociale samvær som en fordel, blandt andet fordi de lærer hinanden bedre at kende. På den måde får de snakket om også mere private ting, og som en kursist bemærker, bliver de ”trygge ved hinanden og tør sige mere i forum”. Samværet forud for undervisningen ser altså ud til også at være befordrende for dialogen i forbindelse med selve undervisningen og understøtter således de kvantitative fund, vi gør i det generelle spørgeskema, hvor en større andel kursister i testkommunerne, i forhold til i sammenligningskommunerne, synes, de har haft en god dialog med medkursister og instruktører.

En anden grund til at mødes skal findes i kursisternes ønske om at lære noget. Kursisterne kommer således også for at øge deres viden. De kommer for at tale om kurset, og det de lærer, for at ”få bedre viden om sundhed og handleplaner”, ”udveksle erfaringer” og ”rydde eventuelle misforståelser af vejen”, som kursisterne udtrykker det. De ser det således som en fordel, at de kan lære af hinandens brug af de redskaber, de lærer på kurset ved for eksempel at vende handleplaner og erfaringer med hinanden. Den ekstra tid kan således også være med til at understøtte, at kursisterne opfylder LÆR AT LEVE-kursets læringsmål.

Blandt de kursister, der slet ikke har taget imod tilbuddet om at mødes med de andre, har årsagen i overvejende grad været, at det ikke har været muligt at møde frem på grund af tid, idet de deltog i andre aktiviteter op til tidspunktet for kursusstart. Dette gjaldt for otte af de 15 respondenter, der har uddybet, hvorfor de valgte ikke at deltage.

To respondenter var døve, og to var for trætte eller havde svært ved at koncentrere sig ud over det allerede planlagte 2,5 timers undervisningsmodul. To svarede, at de ikke følte, de havde

behov/brug for det, og to svarede, at de ikke forventede at have gavn af at mødes, da deres udgangspunkt for deltagelse var forskelligt fra de øvrige deltageres. En enkelt beskrev, at det slet ikke blev benyttet af nogen i gruppen, fordi det ikke var muligt for flere af kursisterne at medvirke.

3.3 Instruktørernes oplevelser med Projekt Mere Tid

Et gennemgående fund blandt instruktørerne var, at de grundlæggende var positivt indstillede over for det nye tiltag. De oplevede en række fordele både for kursisterne, for dem selv og for deres arbejdsbetingelser i forbindelse med afvikling af kurset. Disse fordele ser dog ud til at være betinget af en række mere eller mindre praktiske forudsætninger, især i forbindelse med lokaler, som de gav udtryk for var vigtige at prioritere. Disse forudsætninger bliver gennemgået sidst i afsnittet.

Tidens betydning for kursisterne

Instruktørerne oplevede, at den ekstra tid gav de deltagende kursister ”rigtigt meget socialt”, og at den var med til at hjælpe gruppedannelsen på vej mellem kursisterne. I interviewene beskrev de, at kursisterne slappede mere af og virkede mere trygge. De beskrev videre, at de oplevede, at kursisterne lærte hinanden bedre at kende og opnåede en større fortrolighed, end hvad de havde oplevet på tilsvarende kurser uden ekstra tid.

Når dette skete, ”så handler det ikke længere kun om lærdom”, som en underviser udtrykte det. Instruktørerne luftede da også selv tanken om, at der måske er nogle ting, som det er lettere at tale om, ”når læreren ikke er der” og som kommer op til overfladen i kraft af, at der er tid og ro til det i en sammenhæng uden for selve undervisningssituationen eller i pausen mellem lektionerne. Den ekstra tid var altså med til at understøtte netværksdannelsen. Det var så at sige ”tid til netværksarbejde”.

Ingen af de interviewede instruktører oplevede, at kursister, der ikke deltog, stod uden for fællesskabet i undervisningssituationen. Tværtimod beskrev flere instruktører, at det smittede positivt af på humøret hos alle, også de ikke-deltagende, at der var en gruppe, som havde siddet og hygget sig forinden.

Tidens betydning for undervisernes arbejdsbetingelser og selve kursets forløb

Ud over de sociale fordele for kursisterne bemærkede instruktørerne også fordele i selve undervisningssituationen.

Bortset fra at det kunne være lidt sværere end normalt at komme i gang, fordi snakken gik så lystigt, så oplevede instruktørerne, at den forudgående snak faktisk gav en større ro i undervisningen, fordi kursisterne, som flere instruktører udtrykte det, ”havde fået snakket af”. Flere beskrev, at de oplevede, at kursisterne bedre kunne skelne mellem privat tid/snak og selve rammerne for kurset, hvilket medførte, at undervisningen blev mere effektiv, fordi kursisterne var mere fokuserede.

Desuden oplevede de, at snakken forud for modulet virkede befordrende for idé-runder og anden interaktion mellem kursisterne under selve modulet, fordi kursisterne var blevet mere trygge ved hinanden, og derfor turde sige mere og ”gå mere til hinanden”.

Flere instruktører nævner på forespørgsel, at de har kunnet henvise kursister, der i undervisningen havde behov for mere tid til snak, til den ekstra tid forud for modulerne. Herved gik snakkelysten ikke ud over tidsrammen for modulet, og nogle nævnte, at de havde det bedre med at bryde dem af, fordi de vidste, at kursisterne havde mulighed for at tale om det, der lå dem på hjerte, på et andet tidspunkt.

På den anden side understreger andre, at de sjældent oplever tidsnød heller ikke under normale undervisningsforløb og påpeger, at oplevelsen af tidsnød måske også har at gøre med instruktørens grad af erfaring. Andre igen nævner, at de ikke oplever samme efterspørgsel fra kursisters side på mere tid, som de ellers plejer, uagtet deres egen oplevelse af tidsnød eller ej.

Forudsætninger for et positivt udbytte

Kan kursisters møde lægges i et lokale adskilt fra det lokale, som instruktørerne forbereder sig i, oplever instruktørerne, at den ekstra tid giver dem en mere koncentreret forberedelse, fordi kursisterne ikke kommer for tidligt ind i lokalet. I et enkelt tilfælde oplevede to instruktører derimod, at den ekstra tid var ganske forstyrrende, fordi deres forberedelse og kursisters samtale foregik i samme rum. Her følte instruktørerne, at de fik en værtsrolle, som de oplevede som meget forstyrrende, når de egentligt skulle bruge tiden på at forberede modulet.

Også de fleste af instruktørerne på kurser, hvor de havde været adskilt, understreger, at denne adskillelse er meget vigtigt for, at det ikke skal blive en belastning for instruktørerne.

At lokalerne skal være adskilt betyder dog ikke, at de skal ligge langt fra hinanden. Instruktørerne lagde således vægt på, at mødestedet gerne måtte være tæt på undervisningsstedet og i det hele taget skulle være hyggeligt og lægge op til samtale. Som en instruktør sagde, kan ”en stolerække i en gang” gøre det svært at få kursisterne til at dukke op, hvorimod cafestemning, som en af testkommunerne havde det, virkede meget befordrende for fremmødet.

Instruktørerne udtrykte forskellige meninger om, hvor de syntes, at det var hensigtsmæssigt at lægge de 30 minutters samtale. En instruktør på et kursus havde oplevet, at der var en stor snakkelyst i pauserne, men lille opbakning til at mødes før. Derfor havde de droppet at mødes før modulet og i stedet på eget initiativ integreret ekstra tid i pausen, hvor instruktøren også deltog i samtalen. Her oplevede instruktøren, at der skabtes et naturligt flow og udvikling i samtalen og mente, at det var, fordi det skabte trykke rammer for samtalen, at tiden lå ”inde i konceptet” (dvs. i pausen). En del instruktører gav udtryk for, at det helt klart skulle ligge før modulet, da kursisterne ville være for trætte efter modulet, om end det for nogle kursister af logistiske årsager kunne være et problem at nå det før, fordi de havde andre aktiviteter op til. Derfor understregede flere instruktører da også, at information om, at det er muligt at mødes forud for modulet, skal gives så tidligt i forløbet som muligt. Gerne før de mødes til 1. modul.

4 Diskussion af resultater

Til vores spørgeskemadata knytter sig en række begrænsninger.

En grundlæggende begrænsning er, at vi ikke har undersøgt, om de to grupper af respondenter var sammenlignelige på alle andre parametre, end hvorvidt de havde deltaget i Projekt Mere Tid eller ej. S sammensætningen af kursister kan således sagtens være forskellig på forskellige kurser og have haft betydning for de rapporterede resultater. Efterspørgslen efter mere tid var dog før Projekt Mere Tid gennemgående på kurserne, og da eventuelle forskelle også kunne have været til stede tidligere, mener vi, at det er uden for denne rapports formål at gå dybere ned i denne begrænsning.

Spørgeskemaundersøgelsens design gør, at det ikke har været muligt at matche den enkelte deltagers svar på det generelle spørgeskema med Mere Tid-skemaet. Dette skyldes, at besvarelserne er anonyme, således at der fx ikke er en kode tilknyttet den enkelte kursisdeltager, som ellers kunne have været noteret på begge spørgeskemaer.

Denne begrænsning betyder også, at vi i analysen af det generelle spørgeskema ikke har kunnet identificere, hvilke respondenter fra testkommunerne, der faktisk har benyttet sig af tilbuddet. Det generelle spørgeskema er nemlig det samme i testkommuner og sammenligningskommuner og indeholder derfor ikke spørgsmål om Projekt Mere Tid. Vi har derfor grupperet respondenterne ud fra, om de har gået på et kursus i en testkommune eller en sammenligningskommune, og ikke ud fra om de reelt har benyttet sig af tilbuddet eller ej. Dette medfører en uheldig misklassifikation af de respondenter i testkommunerne, der reelt ikke har benyttet tilbuddet. Kun 47 af de 65 respondenter, der har udfyldt Mere Tid-skemaet svarer, at de har benyttet sig af tilbuddet en eller flere gange, hvorfor knap 30 % således er fejkategoriseret i gennemgangen af det generelle spørgeskema. Vi vurderer derfor, at dette er en misklassifikation af en størrelsesorden, der har kunnet sløre en reel virkning af Projekt Mere Tid. Derudover er antallet af respondenter så småt, at det er svært at påvise eventuelle forskelle mellem grupperne. Det statistiske grundlag er simpelthen for småt til, at der kan siges noget med sikkerhed. Resultaterne skal derfor forstås som udtryk for tendenser frem for entydige svar.

I forhold til spørgsmålet om, hvorvidt der var forskel i tilfredshed mellem test- og sammenligningskommuner, ser det ikke ud til, at der er nogen virkning af at give kursisterne mere tid til samtale. Ud over de ovennævnte begrænsninger ved designet, kan dette fund delvist forkla-

res ved, at det kan være svært at øge tilfredsheden med kurset yderligere, simpelthen fordi den i forvejen er meget høj, uanset om der tilbydes ekstra tid eller ej. Således viser data fra de samme kommuner fra foråret 2010, at tilfredsheden med kurserne også dér var meget høj, idet 92 % her svarede, at de var tilfredse eller meget tilfredse.

Afslutningsvis vil vi knytte et par kommentarer til de rapporterede resultater omkring placering af den ekstra tid. Hovedparten af kursisterne kommenterer ikke at tilbuddet ligger før, men nogle enkelte foreslår, at det skal ligge i pausen. Instruktørerne er overvejende positive over for, at tiden ligger før modulet frem for i pausen eller efter.

Som beskrevet tidligere, havde et enkelt hold valgt at rykke tiden til pausen, selvom det ikke var den placering projektet foreskrev. Selvom instruktøren på det pågældende kursus syntes, det var gået godt, må vi dog fraråde, at dette er en praksis, der udbredes til andre kurser.

For det første vurderer vi, at det er uhensigtsmæssigt for kursister og instruktører, for ved at lægge det i pausen forlænges modulerne. Dette frygter vi kan føre til et øget frafald, da det kan være for lang tid for nogle kursister at deltage (træthed, smerter, koncentrationsbesvær mv. kan være årsager til dette). Desuden vil det kunne være generende for instruktørerne, da det forlænger deres arbejdstid på en langt mere ineffektiv måde, end hvis de har tid forud for modulerne til at forberede sig. For det andet har resten af kurserne tilbudt den ekstra tid *før* modulet, hvorfor undersøgelsens resultater og konklusioner ikke kan forventes at være overførbare til kurser, hvor tiden er placeret anderledes. For det tredje er der den praktiske anke, at det vil ændre meget ved konceptet bag LÆR AT LEVE-kurserne. Hidtidige effektevalueringer af undervisningen og kursisters udbytte er lavet på den almindelige tidsramme på 2,5 timer, og vi har således ikke data på, hvad det kan have af betydning for effekten at forlænge pausen. Erfaringsmæssigt ved vi dog fra samtaler med instruktørerne, at mellemliggende diskussioner kan påvirke forløbet efter pausen. At give endnu mere tid til samtale vil sandsynligvis kunne forstærke dette.

Derudover ville det gøre tilbuddet om mere tid obligatorisk. Så længe tilbuddet er frivilligt, vil det typisk være dem, som føler de har udbytte af det, der dukker op. Derfor vil man ikke kunne forvente samme positive respons, som vi rapporterer her, hvis tilbuddet gøres obligatorisk.

På baggrund af ovenstående må vi være forsigtige med for faste konklusioner i forhold til den kvantitative undersøgelse, da vi hverken kan be- eller afkræfte en positiv virkning ud fra det kvantitative datagrundlag. Samtidigt ser vi, at undersøgelsens kvalitative data peger i retning af en positiv virkning, når man betragter tilbagemeldinger fra kursister og instruktører i testkommunerne. Resultaterne peger altså samlet set på, at kursister og instruktører har haft glæde af tilbuddet, uden at vi i kvantitativ forstand kan endeligt bekræfte en positiv virkning på de undersøgte parametre.

5 Sammenfatning og anbefaling

Det primære formål med denne rapport var at belyse, om der er forskel på kursisternes tilbagemeldinger vedrørende tilfredshed med kurset samt forskelle i oplevelse af tidspres i testkommuner, der tilbød ekstra tid inden modul 2-6, og sammenligningskommuner, der afviklede LÆR AT LEVE-kurserne på almindelig vis. Samtidigt ønskede vi at undersøge, hvilken rolle instruktørerne bør have i denne ekstra tid.

I forhold til tilfredshed kunne vi på baggrund af det generelle spørgeskema ikke observere nogen klare forskelle mellem testkommuner og sammenligningskommuner. I forhold til oplevelsen af tidspres, var der færre kursister i testkommunerne, der efterspurgte mere tid til samtale i forhold til i sammenligningskommunerne. Dette fald indikerer således, at mere tid til samtale forud for modul 2-6 medfører et fald i oplevelsen af tidspres i forhold til tidligere evalueringer.

I forhold til en række sekundære parametre observerede vi forskelle mellem grupperne, og det så ud til, at der ved mere tid til samtale opstod en række umiddelbare fordele for undervisningen. Instruktørerne oplevede således en mere koncentreret gruppe kursister ved undervisningsstart og en positiv og engageret stemning i timerne, og det ser altså ud til, at samværet og samtalerne forud for undervisningen også er befordrende for dialogen i forbindelse med selve undervisningen.

I forhold til hvad kursisterne tager med videre fra kurset, ser det ud til, at mere tid til samtale uden for kursets rammer kan være med til at understøtte, at kursisterne opfylder en række af LÆR AT LEVE-kursets læringsmål. For eksempel indikerer undersøgelsen, at der kan være et

kommunikationsmæssigt udbytte. Vores fund viser nemlig, at en større andel kursister i testkommunerne synes de forbedrer deres kommunikationsevner, og en større andel synes de har haft en god dialog med medkursister og instruktører i forhold til i sammenligningskommunerne. Samlet set ser det ud til, at mere tid understøtter netværksdannelsen mellem kursisterne.

Undersøgelsen viser således, at instruktører i testkommunerne og kursister, der har benyttet sig af tilbuddet, overordnet set har haft en positiv oplevelse med den ekstra tid. Undersøgelsen viser endvidere, at begge grupper er positivt stemt over for en mere vedvarende implementering af tilbuddet om mere tid i LÆR AT LEVE-kurserne.

Dog viser undersøgelsen også, at en række faktorer skal være opfyldt, for at det er meningsfuldt at tilbyde kursisterne mere tid til samtale. Det er vigtigt:

- At information om muligheden gives i god tid (før 1. modul), så alle, der gerne vil deltage, har mulighed for at afsætte tid til det.
- At instruktørerne er frie til at forberede sig i den halve time.
- At lokalet, hvor kursisterne opholder sig, er adskilt fra lokalet, hvor forberedelsen foregår.
- At lokalet, hvor kursisterne opholder sig, indbyder til hygge og samtale, fx ved at der er gode lytte-, lys- og siddeforhold, eventuelt med lidt kaffe og te.

Herudover ser det ud til, at det skal være frivilligt for kursisterne, om de vil deltage, således at man udfylder et behov for samtale hos dem, der måtte have det, mens andre kan undlade at deltage, hvis de ikke føler, de har tid, lyst eller overskud til det. Dette lader sig gøre ved at lægge den ekstra tid uden for selve undervisningen.

Anbefaling

På baggrund af denne rapport anbefaler Komiteen for Sundhedsoplysning, at kommuner fremover giver kursister på LÆR AT LEVE-kurserne mulighed for, på frivillig basis, at mødes 30 minutter før modul 2-6. Dette bør foregå i et lokale adskilt fra instruktørernes forberedelseslokale.

6 Referencer

1. Sundhedsstyrelsen, Monitorering og Medicinsk Teknologivurdering. 2009. *Patientuddannelse – en medicinsk teknologivurdering*. København: Sundhedsstyrelsen, Monitorering og Medicinsk Teknologivurdering; 11(3)
2. Christensen, U., Schmidt, L. & Dyhr, L. Det kvalitative forskningsinterview. 2007. I: Koch, L & Vallgård, S. (red). 2007: *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. København: Munksgaard Danmark. 61-86.
3. Kvale, S. 2004. *Interview – en introduktion til det kvalitative forskningsinterview*. København: Hans Reitzels Forlag.