

Abstract Nordisk Folkesundhedskonference

Titel: LÆR AT TACKLE på nemt dansk

Type af præsentation: Mundtlig præsentation som delplenum eller workshop

Tema: Sundhedskommunikation – vejen til øget lighed i sundhed

Forfatter: Marie Bergmann, Komiteen for Sundhedsoplysning, mb@sundkom.dk

Stikordsliste: andetsprogede, etniske minoritetet, inklusion, generisk, sundhedsfremme, LÆR AT TACKLE, ulighed i sundhed, angst, depression.

Særlig læring/særlig succes (hvorfor er projektet/indsatsen et vigtigt bidrag ved konferencen? - evt. i stikord): LÆR AT TACKLE angst og depression er en standardiseret, evidensbaseret indsats, der udbydes i 46 kommuner. Indsatsen består af borger-til-borger-kurser, hvor borgerne lærer teknikker til aktiv selvhjælp. I projektet skal indsatsen gøres tilgængelig for andetsprogede, hvoraf mange har et stort behov for hjælp til at håndtere hverdagen med sygdom.

Baggrund: Indvandrere udgør en stadig større del af den danske befolkning og langvarige sygdomme forekommer hyppigere blandt borgere med etnisk minoritetsbaggrund. Kommunerne efterspørger derfor en indsats til borgere med mangelfulde dansk kundskaber, som har langvarige lidelser. Projektet vil udvikle en udgave af indsatsen LÆR AT TACKLE angst og depression målrettet borgere med mangelfulde dansk kundskaber. Dette indebærer enklere sætningsopbygning og flere illustrationer i undervisningen.

Målgruppe: Målgruppen er mennesker, som oplever symptomer på angst og/eller depression og hvis niveau af dansk er utilstrækkeligt til at deltage på det eksisterende LÆR AT TACKLE angst og depression kursus.

Centrale aktiviteter/indsatser: På kurset underviser frivillige, som selv har angst og depression inde på livet efter en manual. I projektet udvikles en udgave af manualen på nemt dansk i samarbejde med målgruppen. Kurset LÆR AT TACKLE på nemt dansk pilottestes i samarbejde med to kommuner og afprøves på målgruppen. Kurset er 7 mødegange á 2,5-3 timer. Metoderne er baseret på teorien om self-efficacy som bl.a. opnås gennem arbejde med fx problemløsning, at sætte sig små mål og nå dem, at træffe beslutninger og håndtering af symptomer.

Forventninger til resultater/effekter (evt. forandringsteori): LÆR AT TACKLE angst og depression er evidensbaserede og en evaluering fra Sundhedsstyrelsen viser, at kurset har positive, signifikante effekter på deltagernes symptomer på angst og depression og tro på egne evner (self-efficacy). Det forventes, at projektets målgruppe ved deltagelse i LÆR AT TACKLE på nemt dansk opnår samme udbytte. Desuden forventes det, at indsatsen kan inspirere andre indsatser til borgere med mangelfulde dansk kundskaber.

Faktiske resultater – og hvorfor projektet/indsatsen opfattes som en succes: Projektet opnåede i juni 2016 støtte fra TrygFonden. Københavns Sprogcenter, Gladsaxe og Aalborg Kommuner, Indvandrermedicinsk klinik på Hvidovre Hospital og komiteen for Sundhedsoplysning er nu i gang med et tæt og givtigt samarbejde om udvikling og test af indsatsen.

Proces – inkl. evt. barrierer/løsninger og justeringer i forhold forventninger: Brugerinddragelse tænkes ind tidligt i forløbet for at sikre tilpasning af undervisningsmateriale, rekruttering af instruktører og kursister og justering af kursusrammer.

Vedlagt dokumentation eller henvisning til netadresse/webisode:

www.patientuddannelse.info.