

# Resumé af procesevaluering af *LÆR AT TACKLE* angst og depression i almene boligområder

---

## En sundhedsindsats tæt på borgernes hverdagsliv

### RESUME

I almene boligområder er beboersammensætningen kendetegnet ved, at der bor flere enlige forsørgere, flere kontanthjælpsmodtagere og flere borgere med ikke-vestlig baggrund sammenlignet med baggrundsbefolkningen i Danmark. Disse forhold udgør hver for sig sandsynlighed for ringe sundhed og ringe sundhedsadfærd, og sammen bliver denne sandsynlighed selvklart forstærket<sup>1</sup>. Denne målgruppe er erfaringsvist sværere at rekruttere til sundhedsfremmende tilbud i sundhedscenterets regi end i den øvrige befolkning, bl.a. på grund af barrierer som manglende kendskab og afstand til tilbuddene.

Mestringskurset LÆR AT TACKLE angst og depression er blevet afholdt i almene boligområder, som er naturlige og relevante arenaer at placere fremskudte forebyggende og sundhedsfremmende indsatser i.<sup>2</sup> Kurset er et evidensbaseret forløb på 7 mødegange, som har til formål at lære den enkelte borger selv at håndtere symptomer på sygdommen i hverdagen.

COWI har evalueret projektets pilotfase og konkluderer, at LÆR AT TACKLE er en relevant indsats at forankre i almene boligområder. COWI konkluderer endvidere, at en relationsbaseret rekrutteringsstrategi og et indgående lokalt kendskab til boligområdet er afgørende, hvis man vil lykkes med at nå de udsatte grupper.

Kursist efter deltagelse i et LÆR AT TACKLE-forløb:

*'Jeg har haft glæde af kurset og er ked af, at jeg blev forhindret i at fuldføre hele kurset... hvis jeg skulle deltage igen, er det vigtigt kurset bliver afholdt her i nærområdet.'*

### Baggrund for indsatsen

Behovet for indsatser, der styrker socialt udsattes evne til at håndtere et hverdagsliv med sygdom og andre udfordringer, er stort. Men barrierer som fx afstand, økonomi og manglende kendskab gør, at tilbuddene ikke benyttes af denne gruppe.

Et partnerskabsprojekt mellem Komiteen for Sundhedsoplysning, BL – Danmarks Almene Boliger og de almene boligområder Sønder Korsværkparken i Fredericia, Aalborg Øst, Løvvangen i Aalborg og

---

<sup>1</sup> Diderichsen, F, Andersen I, Manuel C. Ulighed i sundhed – årsager og indsatser. København: Sundhedsstyrelsen 2011.

<sup>2</sup> Ibid.

Urbanplanen i København har gjort det muligt at afprøve LÆR AT TACKLE i boligsociale områder. Efter en pilotfase med ovennævnte områder har yderligere 13 partnerskaber mellem kommuner og almene boligområder igangsat LÆR AT TACKLE-kurser for deres beboere.

COWI har stået for at evaluere pilotfasen med det overordnede formål at afdække, hvilke barrierer og virkningsfulde tiltag der gør sig gældende i forhold til implementeringen af kurset i almene boligområder. Projektet er støttet af Sundheds- og Ældreministeriets partnerskabspulje Sundere liv for alle.

## **Metode**

114 kursister fordelt på 4 boligsociale områder er startet på et kursus. Heraf har 70 % gennemført hele kursusforløbet. I alt 12 beboere har deltaget i et instruktørkursus. Der er indsamlet erfaringer fra projektet ved en spørgeskemaundersøgelse blandt gennemførte og frafaldne kursister, samt ved fokusgruppe- og telefoninterview med kursister, instruktører og koordinatore. De indsamlede data er blevet sammenholdt med den generelle spørgeskemaundersøgelse blandt kursister fra afholdte LÆR AT TACKLE angst og depressions-kurser i Danmark i 2015, der har fungeret som baggrundspopulation.

## **Resultat**

### *Organisering*

I de 3 almene boligområder, hvor den kommunale sundhedsafdeling har haft ansvaret for afholdelse af kurset, har resultatet været, at de rekrutterede borgere i høj grad ligner dem, der normalt går på et LÆR AT TACKLE forløb udbudt af kommunen.

Omvendt er det fjerde boligsociale område, hvor indsatsen har været forankret i den boligsociale helhedsplan for boligområdet, lykkedes med at rekruttere en helt anden type borgere, end man ser på de kommunalt udbudte kurser. Det vil sige bl.a. kortuddannede kvinder med anden etnisk baggrund end dansk.

Dette tyder på, at det er afgørende, at koordinator har et nært kendskab til boligområdet og beboerne, og kan udnytte de eksisterende netværk til at rekruttere kursister. Det er således i høj grad vigtigt at benytte en relationsbaseret rekrutteringsstrategi, hvis man vil nå målet med at rekruttere socialt udsatte borgere til LÆR AT TACKLE-forløb i boligsociale områder.

### *Kursusafholdelse*

Størstedelen af kursisterne har været tilfredse med kursusforløbet, og det øvrige selvrapporterede udbytte af kurset ligner i høj grad data fra baggrundspopulation.

På enkelte af forløbene har der været en del flere utilfredse kursister, end på kurserne i kommunernes sundhedscentre. Dette kan delvist forklares med instruktørernes manglende erfaring. De kursusforløb, der er grundlag for dataindsamlingen, er i mange tilfælde instruktørernes første.

De fysiske rammer i de enkelte boligsociale områder har haft betydning for kursisternes oplevelse af kursusforløbet. Det har vist sig at være en udfordring at finde kursuslokaler, som tilgodeser alles behov.

## **Konklusion**

Etablering af en organisation for LÆR AT TACKLE i et alment boligområde er en god strategi til at nå en gruppe borgere, der ellers ikke deltager i kommunale forebyggelsestilbud, såfremt indsatsen organiseres omkring en koordinator med stort lokalt kendskab.

Læs hele rapporten [her](#)