

# LÆR AT TACKLE

## angst og depression

Deltaget på 3 eller færre moduler



### Kære kursist

Du har deltaget på tre eller færre moduler i kurset *LÆR AT TACKLE angst og depression*. Vi vil bede dig om at udfylde dette skema, der indeholder spørgsmål om dig, din opfattelse af og tilfredshed med kursusforløbet.

Det er frivilligt, om du ønsker at besvare spørgeskemaet.

Dine svar er afgørende for vores arbejde med at gøre kurset endnu bedre for kommende kursister. Vi håber derfor, at du vil tage dig tid til at udfylde skemaet.

Hvis svarmulighederne ikke passer helt til din holdning eller situation, beder vi dig krydse af ved det svar, der passer bedst.

Alle oplysninger på evalueringsskemaet bliver behandlet fortroligt.

Svarene fra dit spørgeskema vil blive brugt af din kursusarrangør. Desuden sendes besvarelsen til Komiteen for Sundhedsoplysning, som samler besvarelser fra hele landet. Du kan se resultaterne for hele landet på [www.patientuddannelse.info](http://www.patientuddannelse.info).

Spørgsmål vedrørende undersøgelsen kan rettes til projektkoordinator Esther Lind Stokkebæk, Komiteen for Sundhedsoplysning, tlf. 2388 4801, e-mail: [els@sundkom.dk](mailto:els@sundkom.dk).

De første spørgsmål handler om dine personlige forhold.

**1. Hvilken kommune bor du i?**

\_\_\_\_\_

**2. Hvad er dit køn? (sæt kun 1 kryds)**

- Kvinde
- Mand
- Ønsker ikke at svare

**3. Hvad er din alder? (sæt kun 1 kryds)**

- Under 20 år
- 20-29 år
- 30-39 år
- 40-49 år
- 50-59 år
- 60-69 år
- 70-79 år
- 80 år eller derover
- Ønsker ikke at svare

**4. Hvad er din civilstand? (sæt kun 1 kryds)**

- Gift/samlevende/kæreste
- Fraskilt/separeret
- Enlig/single
- Enke/enkemand
- Anden civilstand, angiv hvilken: \_\_\_\_\_
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**5. Hvad er din etniske baggrund? (sæt kun 1 kryds)**

- Dansk
- Anden etnisk baggrund end dansk, angiv hvilken: \_\_\_\_\_
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**6. Hvilken uddannelse har du senest afsluttet? (sæt kun 1 kryds)**

- Grundskole eller mindre (folkeskole/mellemskole/realeksamen)
- Gymnasial uddannelse (fx Studentereksamen, HF, HH, HG eller HTX)
- Erhvervsuddannelse (fx faglært, Teknisk Skole, HK m.m.)
- Kort videregående uddannelse (1-2 år)
- Mellemlang videregående uddannelse (3-4 år)
- Lang videregående uddannelse (5 år eller derover)
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**7. Hvad er din nuværende beskæftigelse? (sæt kun 1 kryds)**

- I arbejde (uden tilskud)
- I arbejde med tilskud (fx løntilskudsjob, revalidering)
- Sygemeldt (fra job, ledighed eller fleksjob)
- Modtager arbejdsløshedsdagpenge
- Modtager ydelse efter opbrugt dagpengeret
- Ressourceforløb
- Jobafklaringsforløb
- Under uddannelse
- Modtager kontanthjælp
- Modtager ledighedsydelse
- Førtidspensionist
- Efterlønsmodtager
- Folkepensionist
- Anden beskæftigelse, angiv hvilken: \_\_\_\_\_
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**8. Er kurset en del af en jobplan/aktiveringsplan eller lignende? (sæt kun 1 kryds)**

- Ja
- Nej
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**9. Oplever du, at din deltagelse på kurset er frivillig? (sæt kun 1 kryds)**

- Ja
- Nej
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**10. Er du kommet på kurset, fordi du: (sæt kun 1 kryds)**

- Har symptomer på angst og/eller depression, men ikke har fået stillet en diagnose
- Har fået stillet en diagnose på angst og/eller depression af læge/psykolog/psykiater
- Har angst og/eller depression og er pårørende til en med angst og/eller depression
- Er pårørende til en med angst og/eller depression (*gå til spørgsmål 13*)
- Ønsker ikke at svare

**11. Hvor længe har du oplevet at have symptomer på angst og/eller depression? (sæt kun 1 kryds)**

- Mindre end 1 år
- 1 til 5 år
- 6 til 10 år
- Mere end 10 år
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**12. Har du derudover nogle af disse lidelser? (Du kan sætte flere krydser)**

- Ingen langvarig lidelse
- Astma/allergi
- Blodprop i hjernen (apopleksi)
- Fibromyalgi
- Gigtsygdom
- Hjertesygdom
- Knogleskørhed (osteoporose)
- KOL/lungesygdom
- Kræft (cancer)
- Post-traumatisk stress syndrom (PTSD)
- Ryg-, skulder- eller nakkelidelse (fx piskesmæld eller diskusprolaps)
- Sukkersyge (diabetes)
- Stress
- Anden lidelse, angiv hvilken: \_\_\_\_\_
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

De næste spørgsmål handler om den information, du fik om kurset forud for kursusstart, og dine forventninger til kurset.

**13. Hvilken form for kontakt har du haft med koordinatoren for kurset inden kursusstart?  
(Du kan sætte flere krydser)**

- Mail
- Brev
- Telefon
- Sms
- Personlig samtale
- Informationsmøde
- På sociale medier (fx facebook, instagram m.m.)
- Andet: \_\_\_\_\_
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**14. Var kurset, som du forventede på baggrund af den information, du havde fået inden kursusstart? (sæt kun 1 kryds)**

- Nej
- Ja
- Jeg havde ingen forventninger
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**15. Uddyb evt. dit svar her:**

---

---

---

---

---

De sidste spørgsmål handler om årsagerne til, at du ikke deltog på hele kurset

**16. Hvor mange moduler har du deltaget i? (sæt kun 1 kryds)**

- 1 modul
- 2 moduler
- 3 moduler
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**17. Hvad var årsagen til, at du ikke deltog på hele kurset? (Du kan sætte flere krydser)**

- Sygdom
- Smerter
- Jeg var for træt/uoplagt/havde ikke overskud
- Jeg havde ikke tid
- Arbejdsrelateret årsag (fx møde, kursus, jobsamtale)
- Familierelateret årsag (fx barn syg)
- Aktivitet relateret til jobcentret (fx møde, praktik eller lignende)
- Kurset levede ikke op til mine forventninger
- Jeg savnede fagprofessionelle undervisere, fx psykologer eller læger
- Kurset gav mig ingen ny viden
- Kurset gav mig ingen nye redskaber eller færdigheder
- Kurset passede ikke til min situation
- Jeg følte mig ikke tilpas i gruppen
- Der var for lidt tid til at tale sammen
- Jeg havde ingen transportmuligheder
- Tidspunktet kurset blev afholdt på passede mig dårligt
- Anden årsag, angiv hvilken: \_\_\_\_\_
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**18. Ville du deltage på kurset igen, hvis du fik muligheden? (sæt kun 1 kryds)**

- Ja
- Nej
- Måske
- Ved ikke/ønsker ikke at svare

**19. Uddyb gerne dit svar her:**

---

---

---

---

**20. Hvis du har flere kommentarer til kurset, er du velkommen til at skrive dem her:**

---

---

---

---

Tak fordi du tog dig tid til at svare på spørgsmålene”