



Kommunens plan mod overvægt

Drejebog over kompetenceudviklingskursus målrettet sundhedsprofessionelle, der arbejder med behandling af overvægt hos børn og unge og deres familier, særligt med fokus på udsatte grupper.

Kirsten Ringgaard, lektor, cand. scient. soc.

For/ KOSMOS, Nationalt videncenter for sundhed, kost og motion for børn og unge

Forord

Som en del af satspuljeforliget for 2005 til 2008 blev der afsat 73 mio. kr. til kommunal indsats med henblik på at forebygge og behandle overvægt hos børn og unge og deres familier.

I 2005 udmøntede Sundhedsstyrelsen 28 mio. kr. til 11 kommuner, og i juli 2007 udmøntede Sundhedsstyrelsen yderligere 30 mio. kr. til 10 kommuner, der påbegyndte deres projekter i efteråret 2007. De sidste 15 mio. kr. blev udmøntet i 2008. Udover de decentrale midler blev der i satspuljeforliget afsat 10 mio. kr. til centrale understøttende aktiviteter i perioden 2005-2008.

Fælles for projekterne er, at de både skal sikre forebyggelsen og behandlingen af overvægt hos børn og unge. Forebyggelsesdelen fokuserer på at give børnene understøttende rammer for at være fysisk aktive og spise sundt. I behandlingsdelen fokuseres både på psykosociale problemstillinger samt fremme af fysisk aktivitet og sund kost, som alle er tre væsentlige aspekter i behandlingen af overvægt.

I forbindelse med satspuljeforliget ønsker Sundhedsstyrelsen at udvikle, gennemføre og evaluere et kompetenceudviklingsforløb for sundhedsprofessionelle i de kommuner, som skal varetage behandlingsdelen i satspuljeprojekterne om forebyggelse og behandling af overvægt hos børn og unge. Endvidere ønsker Sundhedsstyrelsen, at kompetenceudviklingsforløbet efterfølgende skal kunne tilbydes fremtidige kommunale projekter.

I det følgende beskrives det afviklede kompetenceudviklingsforløb for sundhedsprofessionelle i behandlingsprojekter for børn med overvægt.

Kurset - inklusiv coaching forløb - blev afviklet fra maj 2008 til januar 2009. Kurset er udviklet af KOSMOS, Nationalt videncenter for sundhed, kost og motion for børn og unge i et samarbejde med Sundhedsstyrelsen. KOSMOS er ligeledes ansvarligt for etablering og drift af kompetenceudviklingskurset.

Kirsten Ringgaard

Indholdsfortegnelse

Formål	4
Mål	4
Målgruppe	4
Kursustilrettelæggelse.....	4
Beskrivelse af indhold på de tre kurser	5
Projektplan	5
Første internatkursus dag 1	6
Første internatkursus dag 2	7
Andet internatkursus dag 1:	8
Andet internatkursus dag 2	9
Tredje internatkursus dag 1	9
Tredje internatkursus dag 2	10
Coaching	11
Tilrettelæggelse og temaer fra vest og øst Danmark	12
Evaluering	12

Kompetenceudvikling af sundhedsprofessionelle i behandlingsprojekter for børn med overvægt

Formål

Formålet med kompetenceudviklingskurset er at klæde de sundhedsprofessionelle på i forhold til at kunne varetage en tværfaglig, familieorienteret behandlingsindsats i de 10 satspuljeprojekter, der fik tilsagn om støtte i juli 2007. Projekterne blev påbegyndt i efteråret 2007 og kompetenceudviklingskurset blev afviklet i maj, juni og september 2008 efterfulgt af et coaching forløb i kommunerne i oktober, november, december 2008 og i januar måned 2009.

Mål

1. At sundhedsprofessionelle i de kommuner, som skal varetage behandlingsdelen i satspuljeprojekterne om forebyggelse og behandling af overvægt hos børn og unge, erhverver viden om og indsigt i følgende genstandsfelter:

- Problemkomplekset vedrørende overvægt
- Psykosociale problemstillinger
- Kost
- Fysisk aktivitet
- Samarbejde med andre faggrupper

2. At de sundhedsprofessionelle bliver i stand til at omsætte viden til konkret praksis

3. At de sundhedsprofessionelle i højere grad bliver i stand til at indgå i samarbejdsrelationer med andre sundhedsfaglige og pædagogiske professioner.

Målgruppe

Målgruppen er blandt andet sundhedsplejersker, fysioterapeuter / bevægelseskonsulenter, kommunallæger, diætister, psykologer, praktiserende læger m.v.

Kurstilrettelæggelse

Kurserne tilrettelægges som tre gange to dages internatkursus, for at sikre optimal mulighed for optagelse af viden.

Kurset afholdes to forskellige steder i Danmark, idet satspuljeprojekterne er fordelt over hele landet. Kurserne placeres i henholdsvis Vejle og Brøndby, hvorved der også

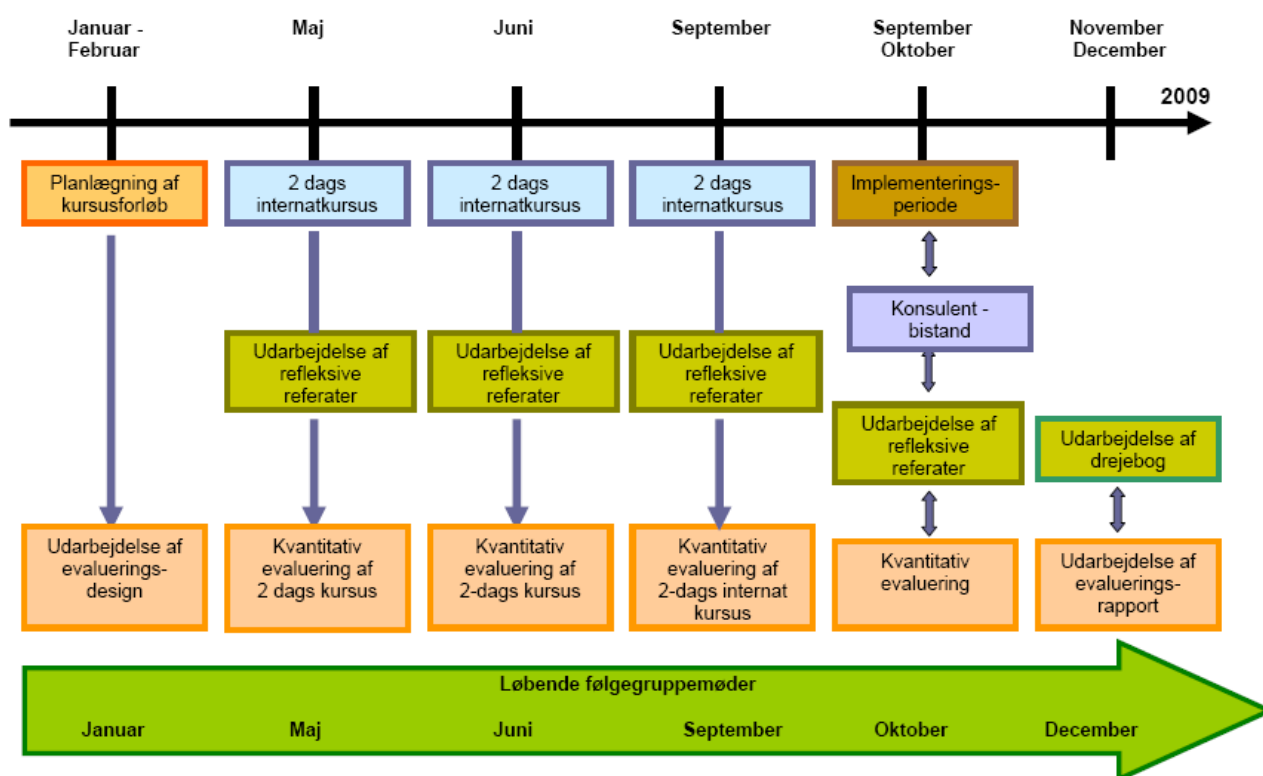
bliver mulighed for at benytte idrætsfaciliteter omkring indholdsområdet fysisk aktivitet.

Efter kursusafviklingen tilbydes deltagerne et coachingforløb i kommunerne, med henblik på, at de i højere grad vil få viden omsat til konkret praksis og herved udvikle kompetencer i relation til de igangværende kommunale projekter.

I løbet af kursusforløbet er der mulighed for etablering af netværk deltagerne imellem. Herved nyttiggøres den enkeltes viden i et fagligt fællesskab, og der skabes mulighed for udvikling af faglige og tværfaglige samarbejdsrelationer.

Beskrivelse af indhold på de tre kurser

Projektplan



Af projektplanen fremgår tidsplanen og tilrettelæggelsen af kursusforløbet. Det fremgår, at de 3 internatkurser er af to dages varighed og med en måneds interval. Ligeledes fremgår, at der efter hvert internat udarbejdes reflekse referater over de enkelte forløb, samt at hvert internat følges op af en kursusevaluering.

Efter det samlede kursusforløb ses en implementeringsperiode, hvor de kommunale projekter tilbydes coaching.

Kursus- og implementerings forløbet afsluttes med en kvalitativ evaluering af hele forløbet samt med udarbejdelse af evalueringsrapport og drejebog over forløbet.

I det følgende beskrives indholdet på de tre internatkurser. Hver kursusdag beskrives vha. dagens temaer, program og formål med oplægget. Der henvises i øvrigt til bilag med kopier af dias fra undervisernes oplæg.

Første internatkursus dag 1

- Overvægt, forekomst, årsager og behandling.
- Fysiologiske og psykologiske konsekvenser af overvægt i barndommen.

1. Oplæg

Overvægt, forekomst, årsager og behandling v. Thomas Meinert Larsen, PhD, Institut for Human Ernæring.

Program

- Definition af fedme
- Udvikling af overvægt - EU, USA & Globalt
- Årsager til udvikling af fedme
- Case story: "Singapore – succes eller fiasko?"

Formål

At præsentere deltagerne for den nuværende viden omkring forekomst og etiologi af overvægt samt centrale vidensressourcer indenfor området.

2. Oplæg

Behandlingsprogrammet MEND. V. Kenneth Rasmussen, Projektkoordinator på Projekt sunde og glade børn, Halsnæs kommune.

Program

- MEND England: status 2008, teorier.
- MEND Halsnæs: Overordnede rammer, de 3 faser i behandlingsindsatsen, målsætninger, den generelle indsats.

Formål

- At introducere deltagerne til de forskellige faser i behandlingsmodellen, med fokus på 9 ugers MEND forløb.
- Med udgangspunkt i beskrivelse af praksisforløb samt anvendte metoder reflektere over disse i samspil med deltagerne.
- At give deltagerne konkrete redskaber til brug i egen behandlingsmodel.
- At give deltagerne mulighed for at spejle egen praksis og derved udvikle den.

3. Oplæg

Behandling af overvægt hos børn v. Jens Christian Holm, børnelæge, PhD, Leder af børneafdeling for overvægtige børn og unge i Holbæk.

Program

Gennemgang af den eksisterende viden om behandling af overvægt hos børn.

- Rekommandationer
- Enheden for overvægtige børn og unge på børneafdelingen Holbæk.

Formål

- At præsentere deltagerne for den eksisterende viden om behandling af overvægt hos børn.
- At diskutere ansvar for behandling af overvægt og rekommandationer på området.
- At præsentere deltagerne for behandling af overvægtige børn og unge på Børneafdelingen i Holbæk.

Første internatkursus dag 2

1. Oplæg

Fysiologiske konsekvenser af overvægt i barndommen v. Jens Christian Holm, børnelæge, PhD, Leder af børneafdeling for overvægtige børn og unge i Holbæk.

Program

Definition af overvægt hos børn.

- Kliniske mål for overvægt hos børn.
- Opsporing af overvægt og uheldig udvikling af vægt
- Vægtregulation
- Komplikationer til overvægt
- Forhold der nedsætter barnets risikoprofil

Formål

- At præsentere deltagerne for den nuværende viden om fysiologiske konsekvenser af overvægt, herunder præsentere og problematisere kliniske mål for overvægt og vægtregulation.
- At præsentere deltagerne for viden om komplikationer til overvægt og viden om, hvilke forhold der nedsætter barnets risikoprofil.

2. Oplæg

Psykologiske og sociale konsekvenser af overvægt i barndommen v. Helle Grønbæk, Cand. Psyk., Juliane Marie Centret, Rigshospitalet.

Program

- Hvad ser vi? Hvordan beskriver vi?
- Primære og sekundære psykosociale årsager og konsekvenser
- Familieliv
- Påvirkning af barnet
- Hvordan ser familien på overvægt?

Formål

- At deltagerne via øvelse erfarer, at den enkelte deltager ser og beskriver et konkret fænomen på hver sin måde.
- At deltagerne præsenteres for viden om psykosociale vilkårs betydning for familiers mulighed for forandring af adfærd.
- At deltagerne får viden om hvilke konsekvenser overvægt har for barnet/den unge og familien.

Andet internatkursus dag 1:

- Samtalen i behandlingsarbejdet.
- Forandring af adfærd familier, børn og unge med overvægt.

1. Oplæg

Samtalen i behandlingsarbejdet v. Helle Grønbæk, Cand. Psyk., Juliane Marie Centret, Rigshospitalet.

Program

- Etik, sundhedsprofessionelles udgangspunkt og begrebet motivation
- Samtalen med familien, herunder barnet. Ambivalens og forandringer. Aktuelle projekters udgangspunkter og ideer.
- Ambivalens og modstand, forståelse og fortællinger.
- Hvad er målet med samtalen, hvilke muligheder kan der være for at opnå det vi gerne vil?

Formål

- At deltagerne præsenteres for viden om og via øvelse afprøver den professionelle og personlige samtale.
- At deltagerne får viden betydning af motivation og ambivalens i forandringsprocesser.

Andet internatkursus dag 2

1. Oplæg

Forandring af adfærd for familier, børn og unge med overvægt v. Finn Salomonsen, konsulent v Colinco Institute, Tisvildeleje.

Program

- Familier
- Om beslutninger
- Coaching
- Mål
- Aktiv lytning
- Den motiverende samtale

Formål

- At deltagerne får viden om forandrings- og udviklings processer.
- At deltagerne får viden om betydning af coaching og målsætning i forandringsprocesser.

Tredje internatkursus dag 1

- Fysisk aktivitet, sundhed og overvægt.
- Fysisk aktivitet for børn med overvægt i et pædagogisk perspektiv, samarbejde med øvrige miljøer og særlige målgrupper indenfor børn med overvægt.
- Kost, sundhed og overvægt – i et forandringsperspektiv, samarbejde med øvrige miljøer og særlige målgrupper indenfor børn med overvægt.

1. Oplæg

Fysisk aktivitet, sundhed og overvægt v. Jan Toftegård Støckel, cand. scient idræt, PhD.

Program

- Viden om fysisk aktivitets indflydelse på børn og unges sundhed
 - resultater af litteraturstudie
- Opstilling af realistiske målsætninger
 - danske og internationale interventionserfaringer
- Dokumentation og målemetoder
- Litteraturstudie og egne erfaringer

Formål

- At deltagerne præsenteres for den nuværende viden om fysisk aktivitets indflydelse på børn og unges sundhed.
- At deltagerne får kendskab til danske og internationale interventionserfaringer.

- At deltagerne får viden om dokumentation og målemetoder, samt præsenteres for Fanøprojektet.

2. Oplæg

Fysisk aktivitet for børn med overvægt i et pædagogisk perspektiv, samarbejde med øvrige miljøer og særlige målgrupper indenfor børn med overvægt v. Lars Dalhoff, fysioterapeut og adjunkt, master i idræt og velfærd.

Program

- Fysisk aktivitet og kultur
- Fysisk aktivitet og motivation
- Motivation og netværk
- Behandlingsindsatsen som en ressource
- Særlige målgrupper og fysisk aktivitet.

Formål

- At deltagerne præsenteres for viden om kulturel indflydelse på fysisk aktivitet.
- At deltagerne præsenteres for motivation og netværks betydning for forandringsprocesser.
- At deltagerne afprøver fysisk aktivitet.

Tredje internatkursus dag 2

1. Oplæg

Kost, sundhed og overvægt v. Per Brændgård, cand. scient. i human ernæring.

Program

- Kostens rolle i forbindelse med vægttab
- Målsætninger for kostændringer
- Dokumentation for kostens betydning.

Formål

- At deltagerne præsenteres for national og international viden om kost, samt præsenteres for interventionsformen: "Små skridt"
- At deltagerne præsenteres for behandling af overvægtige børn og unge.

2. Oplæg

Kost for børn med overvægt – i et forandringsperspektiv v. Ida Husby, MPH, PhD – studerende.

Program

- Model til, hvordan man kan arbejde med forandring
- Analyse og forståelse af måltidsvaner og deres betydninger for målgruppen

- Determinanter for kostvaner
- Præsentation og diskussion af metoder og strategier til at involvere børn og voksne i forandringsprocesser

Formål

- At deltagerne præsenteres for evidens- og teoribaserede metoder til arbejdet med forebyggelse /sundhedsfremme og forandring.
- At deltagerne præsenteres for betydninger og forståelser af vigtigheden af at involvere børn og voksne samt betydninger af kulturelle forskelle.

3. Oplæg

Behandlingsindsatsens samarbejde med øvrige miljøer omkring barnet og med særlige målgrupper indenfor børn med overvægt v. Helle Wedø, sundhedsfaglig konsulent, Projekt Tigerspring i Herlev Kommune.

Program

- Behandlingsindsatsen som ressource for barnets institution, generelle politikker og sunde madvaner i hverdagen
- Samarbejdet med eksterne aktører
- Problemstillinger omkring mad og madvaner for særlige grupper af børn med overvægt.

Formål

At deltagerne præsenteres for mål, intentioner og resultater fra behandlingsindsatsen Tigerspring.

Coaching

Formålet med coachingforløbet er, at deltagerne skal støttes i at omsætte viden, teori og metode fra kurserne til konkret praksis for derved at udvikle kompetencer i relation til konkret opgaveløsning i de igangværende kommunale projekter.

Der tilknyttedes en coach til den vestlige del af Danmark og en coach til den østlige del af Danmark.

Efter endt kursus forløb tilbydes deltagerne i de involverede kommuner et coaching forløb. De enkelte projektgrupper tilbydes som udgangspunkt 3 gruppe coach møder i kommunerne af ca. fire timers varighed samt 4 timer til telefonmøder.

Den endelige struktur aftales og tilrettelægges mellem de enkelte kommuner og den tilknyttede coach. Forud for møderne fremsender deltagerne en beskrivelse af deres projekt og en beskrivelse af de særlige områder, som de ønsker at fokusere på. Efter møderne udarbejder coachen reflekterende referater til deltagerne med den hensigt at beskrive, fastholde og perspektivere arbejdet i implementeringsprocessen.

I den vestlige del af Danmark afvikles mellem 2 og 3 besøg i hver af de involverede kommuner. I én kommune coaches tre forskellige projektgrupper. Forløbene henven-der sig såvel til projektledere som til projektmedarbejdere. Deltagerne repræsenterer deltagere, der har deltaget i kursusforløbet og deltagere, der ikke har deltaget i kur-serne.

Tilrettelæggelse og temaer fra vest Danmark

Coachingen har taget udgangspunkt i ønsker fra deltagerne, og de har selv været an-svarlige for at tage notater under forløbene samt selv været ansvarlige for, hvad og hvordan de ville tilrettelægge implementeringen af den nye viden.

Temaer Projektledelse, medarbejderopgaver

- Egen rolle i projektet
- Ændring og optimering af projektets indhold, tilbud og organisering
- Besøg hos familierne og konkrete eksempler
- "Den motiverende samtale"
- Fastholdelse og rekruttering af deltagere
- "Hvad gør vi, når deltagerne ikke taber sig..."
- Ethiske grænser i forhold til involvering af andre faggrupper og egen rolle i for-bindelse med problemstillinger i familierne
- Ofte er overvægt kun én af mange udfordringer i de deltagende familier
- Frustration hos konsulenter over familierne ikke "rykker sig"

Tilrettelæggelse og temaer fra øst Danmark

- Afklaring af projektlederrollen
- Magtafklaring mellem projektleder og projektmedarbejdere
- Projektledelse
- Rekrutteringsproblemer
- Ressourceafklaring
- Rolle- og arbejdsfordeling mellem styregruppe og projektleder
- Projektpartnere
- Den vanskelige samtale.

Evaluerings

KOSMOS udarbejder en evalueringsrapport. Evalueringen består af en kvantitativ del bestående af devalueringer af de enkelte kursusgange samt slutevaluering af

kursus og coachingforløbet og en kvalitativ del bestående af en analyse af coachenes refleksive referater.