



VÆGTSTOP

Bilagsrapport til midtvejsevaluering af satspuljen:

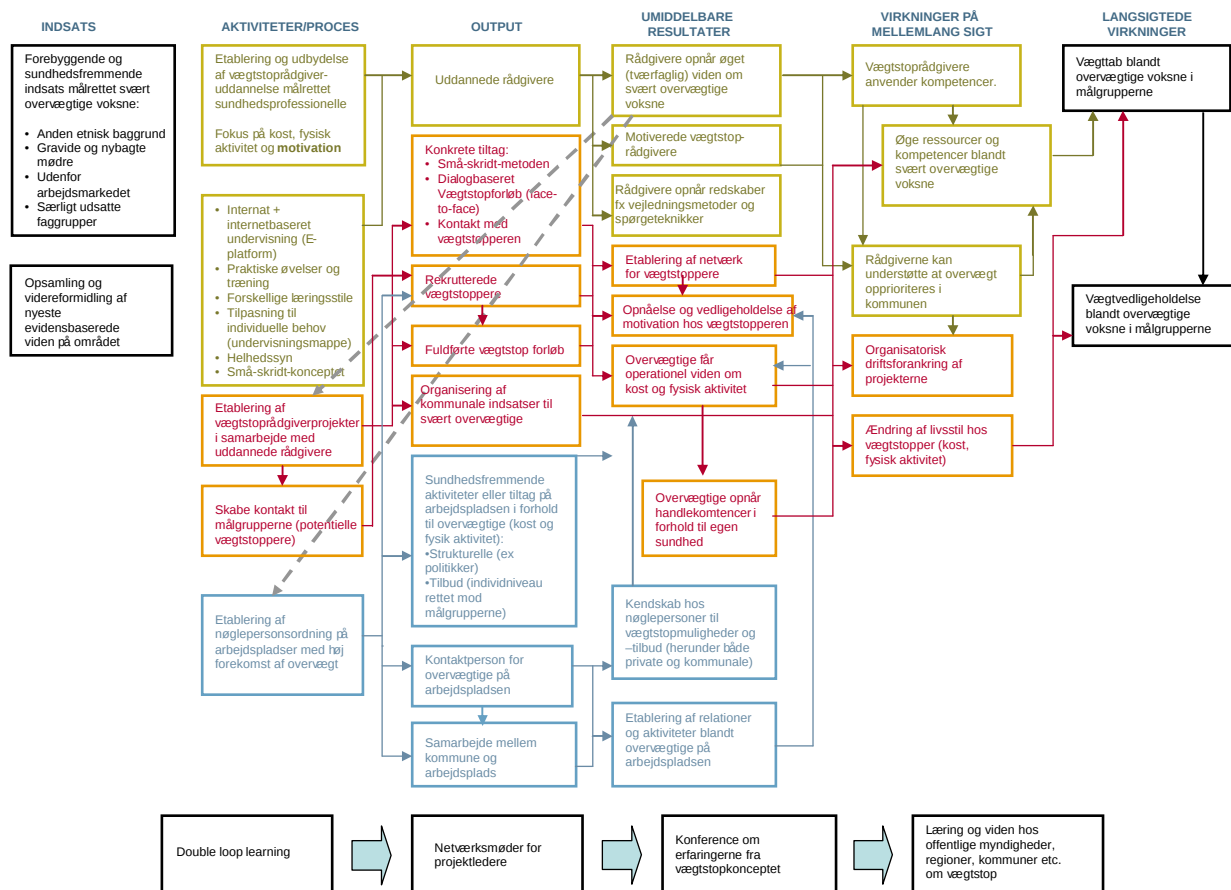
“Vægttab og vægtvedligeholdelse blandt svært overvægtige voksne”

Januar 2011

1.	Programteori	3
2.	Metodebeskrivelse	4
2.1	Projektcasibesøg	4
2.2	Uddannelsesbesøg	6
2.3	De statistiske analysemetoder	6
2.3.1	Klyngeanalyse	6
2.3.2	Faktoranalyse og indeksskonstruktion	7
3.	Tabelrapport: Spørgeskemaer til vægtstoppere	11
3.1	Inklusionsskema	11
3.2	3 mdr. skema	26
3.3	Rapportens figurer og tabeller	34
4.	Tabelrapport: Spørgeskemaer til vægtstoprådgivere	41
4.1	Vægtstoprådgiverdata	41
4.1.1	Spørgeskema 1 – inden uddannelsen	41
4.1.2	Spørgeskema 2 – umiddelbart efter uddannelsen	50
4.1.3	Spørgeskema 3 – 6 måneder efter uddannelsen	66
4.1.4	Rapportens figurer og tabeller	85
5.	Projektlederskemaet	95

1. Programteori

Programteori for evaluering af satspuljeprojektet "Vægttab og vægtvedligeholdelse blandt svært overvægtige voksne"



2. Metodebeskrivelse

Metoderne er valgt ud fra et fokus på at vurdere projekternes indsats og effekt. Således har vi foretaget undersøgelser om deltagernes tilfredshed, samtidig med at vi har indsamlet opnåede erfaringer til brug for udvikling af konceptet, især via fokus på "best practice".

Metodevalget blev vurderet ud fra, at der er flere delelementer i denne komplekse evalueringsopgave og dermed flere forskellige centrale aktører, der skal inddrages i forhold til vægtstopkonceptet. For at komme godt rundt om alle evalueringens centrale spørgsmål og for at bygge analyserne på så solide og valide data som muligt, har vi metodemæssigt taget udgangspunkt i triangulering¹. Vi har i den sammenhæng benyttet triangulering på to måder:

For det første har vi benyttet triangulering på den måde, at vi har belyst samme tema og samme evalueringsspørgsmål via forskellige datakilder. F.eks. belyses projekternes virke gennem omfattende desk research af projektbeskrivelser, rapporter og egen-evalueringer, gennem supplerende spørgeskemaer og gennem casebesøg. Ved at få flere vinkler på det samme spørgsmål har det været muligt at sikre en høj grad af validitet i den samlede vurdering af de enkelte spørgsmål.

For det andet har vi benyttet forskellige metoder til at udforske de samme målgrupper. Det gælder fx vægtstoprådgiverne, som skulle svare på en række spørgeskemaer, der dels har genereret generaliserbare statistiske data til analysen, og dels har givet vægtstoprådgiverne mulighed for at videregive erfaringer anonymt. Samtidig har vi, som tidligere nævnt, udvalgt et udsnit blandt vægtstoprådgiverne, der har indgået i kvalitative fokusgrupper i forbindelse med uddannelsesbesøg. Fokusgrupperne har egnet sig til at få uddybet de resultater, som de kvantitative analyser har givet, ligesom de har udgjort en velegnet arena i forhold til at bryde meninger og holdninger og dermed nuancere billedet af evalueringens genstandsfelt. Ved således at udnytte metodernes forskellige styrker er vi kommet godt rundt om relevante temaer og respondentgrupper.

2.1 Projektcasebesøg

Der er blevet gennemført casebesøg hos forskellige vægtstopprojekter fordelt over hele landet. Casebesøg som metode giver mulighed for at komme i dybden med problemstillinger, udfordringer og erfaringer, som projekterne har mødt, samt at følge udviklingen hos projekterne. Metoden muliggør, at der genereres viden om proces og effekter, men vi har også løbende indsamlet erfaringer om "best practice". De ni cases blev udvalgt i samarbejde med Sundhedsstyrelsen, ud fra et ønske om en variation i typen af case. Det var centralt ved udvælgelsen, at alle de fire målgrupper var dækket, og at der både var projekter, som udelukkende beskæftiger sig med en målgruppe samt projekter der beskæftiger sig med flere målgrupper. De udvalgte projekter repræsenterer også forskellige tilgange til Vægtstop-konceptet samt varierende størrelser, således at både små og store projekter er udvalgt. Således udgør de udvalgte cases et godt og omfattende eksempel-katalog.

Ved midtvejsevalueringen er fem af de ni projekter besøgt to gange, da de var udmøntet i første runde. Første casebesøg blev udført ca. midtvejs i de udvalgte projekters forløb. Andet besøg på projekterne blev tilrettelagt, så det lå tæt på projektafslutningen. Fordelen ved at besøge projekterne to gange var at få løbende indsigt i projekternes udvikling og erfaringer og en dybere indsigt i de udfordringer, der har været undervejs, og hvordan projekterne har løst dem forskelligt.

¹ Se bl.a. Bryman, Alan (2001): Social Research Methods, Oxford University Press, p. 447

Indhold af besøgsdagen

På besøgene har vi afholdt en fokusgruppe med projektledelse og rådgivere, (fokusgruppe)interview med andet kommunalt/regionalt personale og individuelle interviews med vægtstopperne. I særlige tilfælde har vi efterfølgende foretaget relevante telefoninterviews med fx vægtstopperne og samarbejdspartnere. Casebesøgene har typisk strakt sig over en dag, hvor en konsulent med bistand fra en projektassistent har gennemført op til 10 interviews – både fokusgrupper og individuelle, hvor der på forhånd har været indgået de nødvendige aftaler.

Fokusgrupper

Fokusgrupperne med projektledelsen og vægtstoprådgiverne har haft til formål at få diskuteret, hvordan projektet har forløbet og komme i dybden med de erfaringer, udfordringer og vellykkede tiltag, der har været på projektet. Det har været vigtigt at få belyst, om vægtstopkonceptet er blevet anvendt, og hvordan det har fungeret, herunder rekrutteringen af vægtstopperne. Fokusgruppen har sikret, at de erfaringer, som projektledelsen og rådgiverne har, er blevet italesat og den fælles forståelse heraf diskuteret.

Afhængigt af projektets størrelse har deltagerantallet i fokusgruppen varieret fra tre til ti deltagere. Fokusgruppeinterviewene har i gennemsnit taget cirka to timer, og diskussionen har taget udgangspunkt i en på forhånd konstrueret, semistruktureret spørgeguide, der også har haft funktion som sikring af en vis sammenlignelighed mellem casestudierne. Der har dog også været rum for en mere eksplorativ tilgang, så særlige omstændigheder omkring et specifikt projekt kunne diskuteres.

Individuelle kvalitative interview

Ved casebesøgene har interview med vægtstopperne været meget centrale. Eftersom det er meget personlige og følsomme temaer i forhold til fx krop, vægt, adfærd og livsstil, der har været bragt i spil, er de individuelle kvalitative interviews blevet gennemført af interviewere, der har erfaring med at interviewe ressourcesvage og personer fra socialt udsatte grupper. Vi har gennemført i omegnen af 6 interview med vægtstopperne i forbindelse med hvert casebesøg, hvilket antalsmæssigt har givet et godt grundlag for at vurdere vægtstopperens erfaringer.

Formålet har været at få en vigtig indsigt i processen og vægtstoppernes eget syn på projektets betydning for deres vægttab og vægtvedligeholdelse, men også i forhold til psykosociale konsekvenser. Det har været vigtigt at få indsigt i, om vægtstopperen selv har oplevet at have fået nye eller styrkede kompetencer til at håndtere vægtvedligeholdelse efter vægttab. Disse interview har også skullet supplere den kvantitative indsigt i vægtstoppernes motivation for vægtstoppet og vedligeholdelsen, samt hvordan deltagelsen i projektet har påvirket deres livsstil og evt. livskvalitet.

Vi har stræbt efter, at så mange interviews som muligt gennemførtes i forbindelse med selve casebesøget som individuelle interview. Det har imidlertid ikke hver gang været praktisk muligt at gennemføre alle interview således, da vægtstoprådgivningen foregår på forskellige adresser og i tilfælde har været forhindret af arbejde eller andet. Derfor har vi også foretaget en række af disse interview telefonisk efter casebesøget.

Samarbejdspartnere

I forbindelse med hver case har det været vigtigt for os at komme i kontakt med projektets samarbejdspartnere og evt. rådgivernes kollegaer, der ikke har gennemført kurset, eller andre kommunalt/regionalt ansatte, der har haft berøring med projektet. I de tilfælde hvor det har været muligt, har vi gennemført en fokusgruppe, eller foretaget interview individuelt eller i mindre grupper under casebesøget. Hvor dette ikke har været muligt og ved samarbejdspartnere, der er fysisk placeret andre steder, har vi gennemført telefoninterview efterfølgende.

Formålet med at interviewe samarbejdspartnere har været at få størst mulig indsigt i samarbejdet fra begge parter side. Dette har været central viden særligt i forhold til rekruttering. Samtidig med er formålet med at interviewe kollegaer til rådgiverne og andre, der er relevante for projektet, at få indsigt i deres syn på den viden og de kompetencer, som vægttrådgiveren har fået, og den indsats, de med udgangspunkt vægtstop-

konceptet kan gøre for vægtstopperne. Disse informanter har desuden belyst spørgsmålet om, hvorfor nogle personer vælger ikke at indgå i vægtstopforløb, hvilket også er vigtigt at inddrage i evalueringen.

Casestudierne har medvirket til at illustrere og uddybe den eksisterende viden om best practice på vægtstoprådgiverprojekter samt indsamle viden om processen og uddybende viden om effekterne. Den viden som casestudierne har bidraget med, har været nyttige i forhold til forståelsen og fortolkningen af de kvantitative resultater.

2.2 Uddannelsesbesøg

Uddannelsen til vægtstoprådgiver er delt i tre forskellige trin samt supervision. Som en del af den samlede evaluering har NIRAS besøgt hvert af de tre trin to gange. For fem af besøgene gælder det, at vi har besøgt deltagerne på trinnets afsluttende dag, mens vi i det sidste tilfælde har besøgt kursets trin 1 på den første dag.

Dette valg er foretaget fordi der umiddelbart har været mest ræson i at besøge deltagerne på kursernes afsluttende dag, til dels fordi deltagernes reservoir af erfaringer naturligt nok er lidt mere fyldigt her, simpelthen fordi de har gennemgået en lidt større del af uddannelsesforløbet. Og til dels fordi det rent praktisk har vist sig nemmere for os at finde plads i skemaet til interview- og fokusgruppeforløb på den afsluttende dag på hvert trin, på grund af den måde som programmet for undervisningen er bygget op på.

Alligevel har vi altså valgt at afsætte en besøgsdag til kursets allerførste dag på trods af, at deltagerne her er på et stadie, hvor de har gjort sig relativt få erfaringer. Det hænger sammen med, at introdagen har vist sig at være noget, som står stærkt i mange kursisters hukommelse – det er her, mødet med vægtstop-konceptet tager sin begyndelse, og deltagernes forventninger til kurset støder sammen med virkeligheden.

For hver af de i alt seks besøgsdage gælder det, at de to repræsentanter for NIRAS har:

- Fulgt dagens samlede undervisningsprogram sammen med kursisterne og dermed på nærmeste hånd oplevet uddannelsesdagene udfolde sig. Dette giver mulighed for at observere og registrere, hvordan kursisterne har taget imod undervisningens elementer. Det er en metode, der giver rig mulighed for at fornemme skiftende stemninger i rummet – fx munterhed, indlevelse eller kedsomhed – og som tillader os at komme meget tæt på det univers af situationer, som uddannelsen udgøres af. Hermed får vi et førstehåndsindtryk af nogle forhold, som erfaringsmæssigt kan være vanskelige for deltagerne at sætte ord på, og som derfor kan være svære at få frem i en interviewsituation.
- Gennemført situationelle interview med deltagerne om deres oplevelse af forløbet – typisk når der er blevet tid til det i forbindelse med små pauser i undervisningen og i spisepausen.
- Foretaget fokusgruppeinterview af ca. en times varighed på hvert uddannelsesbesøg med mellem fem og ti udvalgte deltagere fra holdet. Deltagerne er her som oftest udvalgt med øje for at få en vis spredning i forhold til, hvilke kommuner og målgrupper deltagerne repræsenterer. I alt har vi dermed afholdt seks fokusgrupper, hvor 34 vægtstoprådgivere under uddannelse er kommet til orde.

I tillæg hertil har NIRAS foretaget telefoninterview af cirka en halv times varighed med hovedparten af de i alt 11 undervisere, som er tilknyttet uddannelsesforløbet.

2.3 De statistiske analysemetoder

I dette afsnit beskrives kort udvalgte statistiske analysemetoder, der er anvendt i evalueringen:

2.3.1 Klyngeanalyse

Analyserne af vægtstoppernes trivsel (se baggrundsrapportens kapitel 8.8) omfatter bl.a. en klyngeanalyse, der inddeler vægtstopperne i to grupper: En gruppe, hvor der er indikationer på god trivsel på inklusionstidspunktet, og én gruppe, hvor der er indikationer på dårlig trivsel på inklusionstidspunktet.

Klyngeanalyse er en metode, hvormed man kan inddele respondenter i homogene grupper med udgangspunkt i deres værdier på udvalgte variable². Inddelingen i grupper sker ved, at klyngeanalysen måler den såkaldte Euklidiske afstand mellem respondenterne – dvs. respondenternes forskellighed fra hinanden hvad angår de variable, man har udvalgt som uafhængige variable i analysen. Klyngeanalysen inddeler respondenterne således, at forskellene indenfor hver gruppe minimeres, samtidig med at forskellene imellem grupperne maksimeres. På den måde bliver personer, der ligner hinanden, placeret indenfor samme gruppe, mens personer, der er meget forskellige, bliver placeret i hver sin gruppe.

Det er på forhånd defineret, at klyngeanalysen skal resultere i to klynger. Følgende spørgsmål er brugt til at danne klyngerne:

- Jeg synes generelt godt om mig selv
- Der er mange, som godt kan lide mig
- Jeg glæder mig til den næste uge
- Jeg føler mig stresset
- Jeg føler mig ked af det eller nedtrykt
- Jeg bliver hurtigt irriteret eller vred
- Jeg undgår at være sammen med andre mennesker

2.3.2 Faktoranalyse og indekskonstruktion

Indeks over vægtstoppernes motivation

En del af formålet med vægtstop-konceptet er også at styrke vægtstoppernes motivation. I evalueringen er vægtstoppernes motivation undersøgt med udgangspunkt i Albert Banduras social-psykologiske teori om *self-efficacy*³ (se baggrundsrapportens kapitel 8.9.2).

Self-efficacy handler om folks tro på egne evner til at opnå givne mål. En persons self-efficacy er ikke det samme som den generelle selvtillid, men handler derimod om specifikke udfordringer, i dette tilfælde om ens evner til at foretage varige adfærds- og livsstilsændringer og derved påvirke vægtudviklingen i en positiv retning.

I denne undersøgelse anvendes en self-efficacy-indikator der er specifik for vægttab og vægtvedligeholdelse. Der undersøges fire former for self-efficacy – motivation – der alle beskriver forskellige aspekter af vægttabsfremmende adfærd:

- Motivation til at reducere trøstespisning
- Motivation til at reducere hyggespisning
- Motivation til at omlægge kosten

² Beregningsmæssigt findes der flere metoder til at foretage klyngeanalyser. *K-Means* metoden er mindst ressourcekrævende og kræver, at man på forhånd specificerer det ønskede antal klynger. *Hierarkisk klyngeanalyse* er meget omstændig, særligt ved større datasæt. Derfor anvendes i denne undersøgelse den såkaldte *2-step* klyngeanalyse. *2-step* klyngeanalyse bruger først en *k-means* metode til at reducere antallet af klynger og derefter en hierarkisk klyngeanalyse til at skabe de endelige klynger.

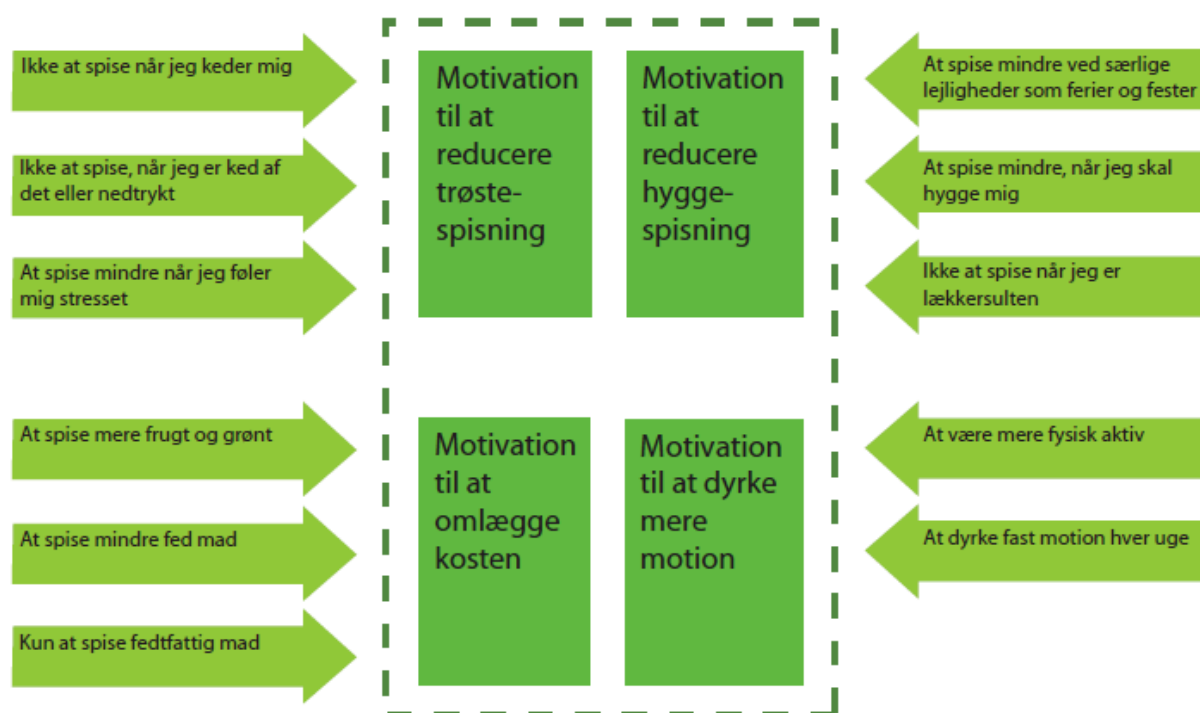
³ Bandura, Albert: *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents*, 2006, & Bandura, Albert: *Self-Efficacy: The Exercise of Control*, 1997.

■ Motivation til at dyrke mere motion

Trøstespisning handler i denne sammenhæng om spisning forårsaget af negativ affekt, fx kedsomhed, nedtrykthed eller stress. Hyggespisning er derimod den spisning, der sker som følge af positiv affekt, fx når man skal hygge sig, er lækkersulten eller ved festlige lejligheder.

Motivation til at omlægge kosten handler om, hvorvidt vægtstopperen har tro på egne evner til at spise mindre fedt mad og mere frugt og grønt. Endelig er der et self-efficacy mål for troen på egne evner til at være mere fysisk aktiv og dyrke mere motion.

Hver af de fire typer motivation er målt i form af et indeks, der beskriver den gennemsnitlige svarværdi på en række *items* – eller spørgsmål. De spørgsmål, der er anvendt til at måle de fire former for motivation er vist i nedenstående figur:



Konstruktionen af de fire indeks bygger på en faktoranalyse af de ovenfor viste spørgsmål. Faktoranalyse er en statistisk analysemetode, der ved at måle korrelationen mellem en række observerede variable konstruerer et mindre antal ikke-observerede (latente) *uafhængige* variable, der ved hjælp af lineær regression kan forklare variansen på de observerede variable.

Faktoranalysen har bl.a. til formål at reducere kompleksiteten i et datamateriale. Ved at undersøge, hvilke variable der er korrelerede, kan faktoranalysen gøre det muligt at reducere et stort antal variable til et mindre antal "indeks", der måler nogle latente dimensioner i datamaterialet – f.eks. underliggende holdninger og værdier hos respondenterne.

Faktoranalysen kunne bekræfte, at ovenstående sammenfatning af spørgsmålene i fire indeks afspejler strukturerne i data. Derudover gennemførtes en Cronbach's Alpha test, der validerede de anvendte indeks.

De ovennævnte spørgsmål er stillet med en svarskala, der går fra 1 til 5, hvor 1 betyder, at "det kan jeg helt sikkert" og 5 betyder, at "det kan jeg helt sikkert ikke". For at konstruere indeksene er svarskalaen vendt om, så en høj svarværdi indikerer et positivt svar ("det kan jeg godt").

Indeksene er konstrueret som gennemsnit af besvarelserne. For at konstruere indekset "Motivation til at reducere trøstespisning" er således anvendt et simpelt gennemsnit af respondentens svarværdi på spørgsmålene om, hvor let eller svært det ville være på nuværende tidspunkt:

- Ikke at spise når jeg keder mig
- Ikke at spise, når jeg er ked af det eller nedtrykt
- At spise mindre når jeg føler mig stresset

Indeksene er omregnet til en skala, der går fra 0 til 10, idet dette anses at være en mere intuitivt forståelig skala. Omregningen er sket i forbindelse med skalakonstruktionen, som matematisk er defineret således:

$$\text{Motivation til at reducere trøstespisning} = (\text{Gennemsnit}(\text{Spm 1, Spm 2, Spm 3}) - 1) * 2,5$$

Spm 1 til 3 repræsenterer i det ovenstående de spørgsmål, der er anvendt i konstruktionen af indekset jf. ovenstående figur.

Indeks over rådgivernes motivation

Indeks over rådgivernes motivation er konstrueret efter samme principper som beskrevet ovenfor, men naturligvis med et andet datagrundlag og nogle andre spørgsmål (se baggrundsrapportens kapitel 10.7).

Rådgiverne er på en række spørgsmål blevet spurgt til, hvilke muligheder, de vurderer, de har, for at påvirke vægtstoppernes problemer med overvægt. På den baggrund er der konstrueret to indeks, der måler to forskellige motivationsaspekter i forhold til arbejdet med svært overvægtige voksne. Det ene fortæller, hvor stor rådgivernes tro er på, at de *direkte* kan hjælpe vægtstopperne til varige vægttab, mens det andet fortæller hvor stor rådgivernes tro er på, at de *indirekte* – ved at påvirke omgivelserne – kan hjælpe vægtstopperen til vægttab⁴.

De to indeks bygger på 12 udsagn om rådgivernes tiltro til egne evner:

⁴ Resultatet af de udførte faktoranalyser og teoretiske argumenter er, at der ud af de 12 spørgsmål udformes 2 separate indeks. Den rent tekniske del af indeksskonstruktionen kan ses i bilaget.



Det første indeks omhandler altså i hvilken udstrækning, vægtstoprådgiveren tror på, at der er mulighed for direkte at påvirke, hjælpe og støtte vægtstopperne, således at de ændrer deres liv og opnår vægttab. Det andet indeks omhandler, hvorvidt vægtstoprådgiverne føler, at de har mulighed for at påvirke organiseringen, det omkringliggende system og ledelsen for derigennem – på længere sigt – at hjælpe vægtstopperne. Dette indeks dækker altså over vægtstoprådgiverens opfattelse af muligheden for at påvirke vægtstopperens muligheder for at tabe sig, ved at påvirke og skabe de omgivende rammer.

Indeksene er valideret gennem faktoranalyse og Cronbach's Alpha tests og derefter konstrueret som simple gennemsnit og omregnet til en skala fra 0 til 10 efter de principper, der er beskrevet ovenfor.

3. Tabelrapport: Spørgeskemaer til vægtstoppere

I dette afsnit afreporteres svarfordelingerne fra de spørgeskemaer, vægtstopperne har besvaret på hhv. Inklusionstidspunktet og 3 mdr. inde i forløbet. Svarfordelingerne afreporteres i tabeller og omfatter alle vægtstoppere, der har besvaret et inklusionsskema samt de af vægtstopperne, der også har besvaret et 3 mdr. skema.

Derefter præsenteres i tabelform de bagvedliggende data, der ligger til grund for de figurer, der er vist i baggrundsrapportens kapitel 7 og 8.

3.1 Inklusionsskema

Hvor ofte går du ture, cykler eller laver fysisk arbejde i din hverdag? Det tæller også, hvis du laver tungt havearbejde eller andet fysisk arbejde.

	Procent
Sjældent	13%
Nogle gange	32%
Ofte	34%
Meget ofte	21%
Ved ikke	1%
I alt	100%

(n = 2641)

Dyrker du regelmæssig motion? (f.eks. løber, svømmer, dyrker idræt eller fitness):

	Procent
Ja - hvor mange timer om ugen?:	38%
Nej	62%
I alt	100%

(n = 2687)

Dyrker du regelmæssig motion? (f.eks. løber, svømmer, dyrker idræt eller fitness)
kommentar:

	Procent
0 – 2 timer	45%
2 – 4 timer	33%
4 – 6 timer	13%
6 – 8 timer	5%
Over 8 timer	3%
I alt	100%

(n = 963)

Hvor mange timer plejer du at sidde foran en computer eller tv-skærm på en almindelig dag?

	0-1 time	2-3 timer	4-5 timer	6-7 timer	8 timer eller mere	Ved ikke/ ikke relevan t	I alt
På arbejdet: (n = 2525)	32%	9%	5%	8%	4%	41%	100%
I min fritid: (n = 2807)	21%	45%	23%	6%	3%	3%	100%

Nedenfor står en række udsagn om søvn og træthed. Du bedes angive, hvor godt de enkelte udsagn passer på dig.

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	I alt
Jeg føler mig udhvilet, når jeg vågner om morgenen (n = 2618)	12%	27%	26%	23%	11%	1%	100%
Jeg vågner om natten og har svært ved at falde i søvn igen (n = 2610)	13%	20%	17%	24%	25%	1%	100%
Jeg er træt i løbet af dagen (n = 2613)	20%	42%	21%	11%	5%	0%	100%
Jeg sover i løbet af dagen (n = 2602)	9%	20%	18%	20%	31%	1%	100%
Jeg tager sovemedicin (n = 2592)	2%	2%	2%	6%	87%	1%	100%

Sådan har jeg det... Nu kommer der nogle spørgsmål om, hvordan du har det. Du bedes angive, hvor godt de enkelte udsagn passer på dig.

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	I alt
Jeg synes generelt godt om mig selv (n = 2618)	10%	34%	28%	20%	7%	1%	100%
Der er mange, som godt kan lide mig (n = 2617)	22%	56%	14%	2%	1%	6%	100%
Jeg glæder mig til den næste uge (n = 2618)	24%	43%	25%	4%	2%	2%	100%
Jeg føler mig stresset (n = 2624)	10%	22%	28%	24%	14%	1%	100%
Jeg føler mig ked af det eller nedtrykt (n = 2618)	8%	18%	27%	27%	19%	1%	100%
Jeg bliver hurtigt irriteret eller vred (n = 2623)	10%	22%	26%	27%	14%	1%	100%
Jeg undgår at være sammen med andre mennesker (n = 2623)	4%	8%	15%	26%	46%	1%	100%

Hvor let eller svært tror du, det vil være for dig? Når man skal tabe sig, er der nogle ting, man er sikker på, man sagtens kan klare. Andre ting synes man måske er lidt sværere. Hvor let vil det på nuværende tidspunkt være for dig at gøre de ting til daglig, der er beskrevet nedenfor?

	Det kan jeg helt sikkert		Det kan jeg måske		Det kan jeg helt sikkert ikke	I alt
Ikke at spise når jeg keder mig (n = 2599)	26%	20%	38%	9%	6%	100%
At spise mindre når jeg ser tv (n = 2595)	41%	25%	24%	6%	4%	100%
Ikke at spise når jeg er ked af det eller nedtrykt (n = 2599)	27%	18%	32%	14%	9%	100%
At spise mindre når jeg føler mig stresset (n = 2595)	34%	21%	30%	9%	6%	100%
At spise mindre ved særlige lejligheder som fester og ferier (n = 2601)	18%	21%	34%	17%	9%	100%
At spise mindre, når jeg skal hygge mig (n = 2601)	17%	23%	40%	15%	6%	100%
Ikke at spise når jeg er lækkerstulten (n = 2606)	10%	15%	39%	25%	11%	100%
Ikke at spise slik og søde sager (n = 2607)	20%	18%	30%	20%	12%	100%
At spise mere frugt og grønt (n = 2611)	58%	26%	13%	2%	2%	100%
At spise mindre fed mad (n = 2607)	45%	31%	18%	4%	2%	100%
Kun at spise fedtfattig mad (n = 2603)	20%	22%	32%	16%	10%	100%
At drikke mindre alkohol (n = 2544)	68%	11%	11%	3%	7%	100%
At være mere fysisk aktiv (n = 2608)	29%	27%	35%	6%	3%	100%
At dyrke fast motion hver uge (n = 2603)	35%	21%	30%	9%	6%	100%

Hvad er din ønskevægt?

	Procent
Uoplyst/fejlsvar	2%
50 – 60 kg.	11%
60 – 70 kg.	36%
70 – 80 kg.	33%
80 – 90 kg.	12%
90 – 100 kg	5%
100 – 110 kg.	1%
Over 110 kg.	0%
I alt	100%

(n = 2557)

Hvor let eller svært vil det være for dig, at nå din ønskevægt i løbet af det næste år?

	Procent
Meget let	2%
	4%
Middel	30%
	26%
Meget svært	38%
I alt	100%

(n = 2581)

Hvor mange kg. mener du, at du vil kunne tabe dig for det næste år?

	Procent
0-5 kg	9%
5-10 kg	42%
10-20 kg	39%
20-30 kg	8%
30-40 kg	1%
40-50 kg	0%
50 kg eller mere	0%

(n = 2465)

Hvor let eller svært vil det være for dig, at nå det vægttab i løbet af det næste år?

	Procent
Meget let	3%
	8%
Middel	47%
	25%
Meget svært	16%
I alt	100%

(n = 2717)

Hvad er din højeste fuldførte uddannelse?

	Procent
Folkeskole eller kortere	26%
Erhvervsuddannelse	21%
Gymnasial uddannelse/HF/HTX/HHX	9%
Kort videregående uddannelse (op til 3 år)	19%
Mellemlang videregående uddannelse (3 til 5 år)	19%
Lang videregående uddannelse (5 år eller mere)	3%
Ved ikke/Uoplyst	2%
I alt	100%

(n = 2535)

Hvad er din beskæftigelse?

	Procent
Jeg er under uddannelse	4%
Jeg arbejder (som selvstændig eller som lønmodtager)	47%
Jeg er i aktivering eller lignende	7%
Jeg er arbejdsløs, langtidssygemeldt eller lignende	16%
Jeg er uden for arbejdsmarkedet (pensionist, førtidspensionist, hjemme-gående, efterlønsmodtager eller lignende)	20%
Andet – præciser venligst:	5%
Ved ikke	0%
I alt	100%

(n = 2626)

Hvad er din civilstatus?

	Procent
Gift	59%
Samlevende	19%
Enlig	13%
Fraskilt/Enke/Enkemand	8%
Ved ikke/Uoplyst	1%
I alt	100%

(n = 2632)

Hvor mange børn har du?

	Procent
Ingen børn	18%
1 barn	18%
2 børn	34%
3 børn	19%
4 børn	7%
5 børn	2%
6 eller flere børn	2%
I alt	100%

(n = 2632)

Ryger du?

	Procent
Ja	18%
Nej	82%
I alt	100%

(n = 2621)

Drikker du alkohol?

	Procent
Ja	51%
Nej	48%
Ved ikke	1%
I alt	100%

(n = 2624)

Hvor mange genstande drikker du sædvanligvis om ugen?

	Procent
Under 2 genstande	61%
2-7 genstande	25%
8-14 genstande	8%
15-21 genstande	3%
22-30 genstande	1%
Over 30 genstande	0%
Ved ikke/Uoplyst	2%
I alt	100%

(n = 1351)

Har du nogen sygdomme (fx sukkersyge, hjertekarsygdom, slidgigt, depression)?

	Procent
Ja, uddyb:	58%
Nej	42%
I alt	100%

(n = 2613)

Er du inde i et medicinsk behandlingsforløb?

	Procent
Ja	75%
Nej	25%
I alt	100%

(n = 1515)

Er du under forberedelse til eller har fået foretaget et fedmekirurgisk indgreb?

	Procent
Ja, er under forberedelse	2%
Ja, har fået foretaget	1%
Nej	97%
I alt	100%

(n = 2645)

Er der andre overvægtige i din familie?

	Procent
Ja	79%
Nej	19%
Ved ikke	2%
I alt	100%

(n = 2614)

Hvis ja, hvem?

	Procent
Min mor (n = 2108)	51%
Min far (n = 2108)	35%
Et eller flere af mine søskende (n = 2108)	50%
Min partner (n = 2108)	27%
Et eller flere af mine børn (n = 2108)	22%
Anden familie (n = 2108)	30%
Ved ikke/Uoplyst (n = 2108)	1%

Er du gravid?

	Procent
Ja	13%
Nej	87%
I alt	100%

(n = 2959)

Hvis ja: Hvor langt er du henne i graviditeten? – Angiv antal hele måneder:

	Procent
1 mdr.	0%
2 mdr.	1%
3 mdr.	10%
4 mdr.	51%
5 mdr.	25%
6 mdr.	8%
7 mdr.	3%
8 mdr.	1%

(n = 349)

Hvilken målgruppe tilhører vægtstopperen?

	Procent
Uden for arbejdsmarkedet	27%
Gravide eller nybagte mødre	21%
Særligt udsat erhvervsgruppe (fx ufaglært)	20%
Har anden etnisk baggrund end dansk	16%
Andet - hvad:	16%
I alt	100%

(n = 2590)

Vægtstopperens køn?

	Procent
Mand	13%
Kvinde	87%
I alt	100%

(n = 2641)

Alder (inddelt i kategorier)

	Procent
0 – 19	1%
20 – 29	16%
30 – 39	26%
40 – 49	26%
50 – 59	16%
60 – 69	12%
70 – 79	2%
I alt	100%

(n = 2669)

Vægtstopperens data – Vægt (inddelt i kategorier)

	Procent
Under 70 kg.	3%
70 – 80 kg.	10%
80 – 90 kg.	21%
90 – 100 kg.	25%
100 – 110 kg.	18%
110 – 120 kg.	11%
120 – 130 kg.	6%
130 – 140 kg.	3%
Over 140 kg.	3%
I alt	100%

(n = 2630)

Vægtstopperens data – Højde (inddelt i kategorier)

	Procent
Under 150 cm.	1%
150 – 160 cm.	16%
160 – 170 cm.	48%
170 – 180 cm.	28%
180 – 190 cm.	7%
190 – 200 cm.	1%
I alt	100%

(n = 2611)

Vægtstopperens data – Talje (inddelt i kategorier)

	Procent
Under 100 cm.	21%
100 – 120 cm.	55%
120 – 140 cm.	21%
140 – 160 cm.	3%
Mere end 160 cm.	1%
I alt	100%

(n = 2251)

Vægtstopperens data – Hofte (inddelt i kategorier)

	Procent
Under 100 cm.	2%
100 – 120 cm.	44%
120 – 140 cm.	45%
140 – 160 cm.	9%
Mere end 160 cm.	1%
I alt	100%

(n = 1158)

3.2 3 mdr. skema

Hvor ofte går du ture, cykler eller laver fysisk arbejde i din hverdag? Det tæller også, hvis du laver tungt havearbejde eller andet fysisk arbejde.

	Procent
Sjældent	7%
Nogle gange	25%
Ofte	42%
Meget ofte	26%
Ved ikke	0%
I alt	100%

(n = 1359)

Dyrker du regelmæssig motion? (f.eks. løber, svømmer, dyrker idræt eller fitness)

	Procent
Ja	45%
Nej	55%
I alt	100%

(n = 1357)

Hvis ja, hvor mange timer om ugen?

	Procent
0 – 2 timer	41%
2 – 4 timer	36%
4 – 6 timer	12%
6 – 8 timer	6%
Over 8 timer	4%
I alt	100%

(n = 733)

Hvor mange timer plejer du at sidde foran en computer eller tv-skærm på en almindelig dag?

	0-1 time	2-3 timer	4-5 timer	6-7 timer	8 timer eller mere	Ved ikke/ikke relevant	I alt
På arbejdet: (n = 1223)	30%	7%	5%	8%	3%	47%	100%
I min fritid: (n = 1342)	26%	46%	19%	5%	2%	2%	100%

Nedenfor står en række udsagn om søvn og træthed. Du bedes angive, hvor godt de enkelte udsagn passer på dig

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	I alt
Jeg føler mig udhvilet, når jeg vågner om morgenen (n = 1346)	17%	30%	25%	20%	9%	1%	100%
Jeg vågner om natten og har svært ved at falde i søvn igen (n = 1335)	5%	20%	16%	29%	25%	1%	100%
Jeg er træt i løbet af dagen (n = 1333)	15%	38%	23%	17%	6%	1%	100%
Jeg sover i løbet af dagen (n = 1332)	8%	17%	18%	22%	36%	1%	100%
Jeg tager sovemedicin (n = 1327)	3%	2%	1%	6%	87%	1%	100%

Nu kommer der nogle spørgsmål om, hvordan du har det. Du bedes angive, hvor godt de enkelte udsagn passer på dig.

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	I alt
Jeg synes generelt godt om mig selv (n = 1351)	14%	43%	27%	13%	2%	1%	100%
Der er mange, som godt kan lide mig (n = 1351)	21%	56%	17%	1%	0%	6%	100%
Jeg glæder mig til den næste uge (n = 1349)	27%	48%	19%	3%	1%	2%	100%
Jeg føler mig stresset (n = 1348)	7%	21%	28%	26%	17%	1%	100%
Jeg føler mig ked af det eller nedtrykt (n = 1346)	5%	14%	25%	31%	25%	1%	100%
Jeg bliver hurtigt irriteret eller vred (n = 1348)	7%	18%	25%	30%	19%	1%	100%
Jeg undgår at være sammen med andre mennesker (n = 1348)	3%	6%	12%	28%	50%	0%	100%

Hvor let vil det på nuværende tidspunkt være for dig at gøre de ting til daglig, der er beskrevet nedenfor?

	Det kan jeg helt sikkert		Det kan jeg måske		Det kan jeg helt sikkert ikke	I alt
Ikke at spise når jeg keder mig (n = 1345)	30%	26%	32%	8%	4%	100%
At spise mindre når jeg ser tv (n = 1340)	44%	30%	17%	5%	4%	100%
Ikke at spise når jeg er ked af det eller nedtrykt (n = 1338)	29%	25%	30%	11%	6%	100%
At spise mindre når jeg føler mig stresset (n = 1340)	31%	27%	29%	9%	4%	100%
At spise mindre ved særlige lejligheder som fester og ferier (n = 1346)	20%	27%	30%	15%	8%	100%
At spise mindre, når jeg skal hygge mig (n = 1341)	20%	31%	33%	12%	4%	100%
Ikke at spise når jeg er lækkerstult (n = 1345)	14%	24%	39%	16%	7%	100%
Ikke at spise slik og søde sager (n = 1346)	23%	25%	29%	15%	8%	100%
At spise mere frugt og grønt (n = 1349)	62%	26%	8%	3%	2%	100%
At spise mindre fed mad (n = 1348)	52%	29%	14%	3%	2%	100%
Kun at spise fedtfattig mad (n = 1344)	21%	26%	32%	14%	8%	100%
At drikke mindre alkohol (n = 1309)	65%	11%	12%	3%	9%	100%
At være mere fysisk aktiv (n = 1348)	33%	33%	26%	6%	3%	100%
At dyrke fast motion hver uge (n = 1347)	38%	23%	24%	10%	5%	100%

Ryger du?

	Procent
Ja	14%
Nej	86%
I alt	100%

(n = 1357)

Drikker du alkohol?

	Procent
Ja	44%
Nej	56%
Ved ikke	1%
I alt	100%

(n = 1354)

Hvis ja: Hvor mange genstande drikker du sædvanligvis om ugen?

	Procent
Under 2 genstande	59%
2-7 genstande	33%
8-14 genstande	6%
15-21 genstande	1%
22-30 genstande	1%
Over 30 genstande	0%
Ved ikke/Uoplyst	1%
I alt	100%

(n = 593)

Er du gravid?

	Procent
Ja	11%
Nej	89%
I alt	100%

(n = 1412)

Hvis ja: Hvor langt er du henne i graviditeten? – Angiv antal hele måneder:

	Procent
1 mdr.	1%
2 mdr.	1%
3 mdr.	2%
4 mdr.	1%
5 mdr.	3%
6 mdr.	11%
7 mdr.	29%
8 mdr.	38%
9 mdr.	15%
I alt	100%

(n = 159)

Vægtstopperens data - Vægt

	Procent
Under 70 kg.	5%
70 – 80 kg.	13%
80 – 90 kg.	23%
90 – 100 kg.	23%
100 – 110 kg.	16%
110 – 120 kg.	9%
120 – 130 kg.	5%
130 – 140 kg.	3%
Over 140 kg.	3%
I alt	100%

(n = 1401)

Vægtstopperens data – Højde

	Procent
Under 150 cm.	1%
150 – 160 cm.	18%
160 – 170 cm.	48%
170 – 180 cm.	26%
180 – 190 cm.	7%
190 – 200 cm.	1%
I alt	100%

(n = 1421)

Vægtstopperens data – Talje

	Procent
Under 100 cm.	31%
100 – 120 cm.	50%
120 – 140 cm.	16%
140 – 160 cm.	2%
Mere end 160 cm.	0%
I alt	100%

(n = 1254)

Vægtstopperens data – Hofte

	Procent
Under 100 cm.	2%
100 – 120 cm.	54%
120 – 140 cm.	38%
140 – 160 cm.	5%
Mere end 160 cm.	1%
I alt	100%

(n = 589)

3.3 Rapportens figurer og tabeller

Figur 7-2. Vægtstoppernes alder

	Procent
0 – 19	1%
20 – 29	16%
30 – 39	26%
40 – 49	26%
50 – 59	16%
60 – 69	12%
70 – 79	2%
I alt	100%

(n = 2669)

Figur 7-3. Målgrupperne

	Procent
Uden for arbejdsmarkedet	27%
Gravide eller nybagte mødre	21%
Særligt udsat erhvervsgruppe (fx ufaglært)	20%
Har anden etnisk baggrund end dansk	16%
Andet - hvad:	16%
I alt	100%

(n = 2590)

Figur 7-4. Vægtstoppernes BMI på inklusionstidspunktet

	Procent
18,5 – 24,9	1%
25,0 – 29,9	13%
30,0 – 34,9	42%
35,0 – 39,9	27%
40,0+	17%
I alt	100%

(n = 2617)

Figur 7-5. Vægtstoppernes talje/højde-ratio på inklusionstidspunktet

	Procent
Talje/højde ratio 0,4 – 0,5 (anbefalet)	1%
Talje/højde ratio 0,5 - 0,6	20%
Talje/højde ratio >0,6	79%
I alt	100%

(n = 2276)

Figur 7-6. Højeste fuldførte uddannelse

	Vægtstopperne	Hele befolkningen
Folkeskole eller kortere	26%	32%
Erhvervsuddannelse	23%	33%
Gymnasial uddannelse/HF/HTX/HHX	8%	9%
Kort videregående uddannelse (op til 3 år)	20%	5%
Mellemlang videregående uddannelse (3 til 5 år)	19%	15%
Lang videregående uddannelse (5 år eller mere)	3%	7%
Ved ikke/Uoplyst	26%	32%
I alt	100%	100%

(n = 2559)

Kilde: Danmarks Statistik

Figur 8-1. Vægtstoppernes vægtændringer – de første 3 måneder af vægtstopforløbet

Vægttab i kg	Procent
<-10	0%
-9,9 til -5	1%
-4,9 til -1	12%
-0,9 til 0,9	21%
1 til 4,9	48%
5 til 10	15%
10+	3%
I alt	100%

(n = 897)

Figur 8-2. Kostmæssige ændringer blandt vægtstopperne – de 3 første måneder af vægtstopforløbet

	Det kan jeg helt sikkert	Det kan jeg måske	Det kan jeg helt sikkert ikke
Inklusionstidspunkt			
Ikke spise slik og søde sager	38 %	31 %	31 %
Spise mere frugt og grønt	82 %	14 %	4 %
Spise mindre fed mad	77 %	18 %	5 %
3 mdr.			
Ikke spise slik og søde sager	49 %	30 %	22 %
Spise mere frugt og grønt	87 %	8 %	5 %
Spise mindre fed mad	82 %	13 %	5 %

(n = 860)

Note: Yderkategorierne i de stillede spørgsmål er lagt sammen under henholdsvis 'Det kan jeg helt sikkert' og 'Det kan jeg helt sikkert ikke'.

Figur 8-3. Hvor ofte går du ture, cykler eller laver fysisk arbejde i din hverdag

	Inklusion	3 mdr.
Meget ofte	21%	28%
Ofte	34%	41%
Nogle gange	32%	25%
Sjældent	14%	7%
I alt	100%	100%

(n = 857)

Figur 8-4. Vægtstoppernes søvn (andel enige/helt enige)

	Inklusion	3 mdr.
Jeg føler mig ikke udhvilet om morgenen	34%	25%
Jeg vågner om natten og har svært ved at falde i søvn igen	35%	28%
Jeg sover i løbet af dagen	27%	20%
Jeg er træt i løbet af dagen	60%	49%

(n = 856)

Figur 8-5. Udvikling i vægtstoppernes trivsel (andel enige/helt enige)

	Indikationer på god trivsel på inklusionstidspunktet		Indikationer på dårlig trivsel på inklusionstidspunktet	
	Inklusion	3 mdr.	Inklusion	3 mdr.
Jeg synes generelt godt om mig selv	69%	72%	27%	42%
Jeg glæder mig til den næste uge	89%	90%	53%	62%
Jeg føler mig ked af det eller nedtrykt	3%	8%	46%	28%
Jeg bliver hurtigt irriteret eller vred	6%	12%	47%	31%

(n = 315 og 443)

Figur 8-7. Vægttab som funktion af motivation

	Lav motivation	Middel motivation	Høj motivation
Motivation til at reducere trøstespisning ved 3 mdr.	1,6 kg	2,4 kg	2,9 kg
Motivation til at reducere hyggespisning ved 3 mdr.	1,8 kg	2,3 kg	3,3 kg
Motivation til at omlægge kosten ved 3 mdr.	2,0 kg	1,8 kg	2,7 kg
Motivation til at dyrke mere motion ved 3 mdr.	1,9 kg	2,4 kg	2,5 kg

(n = 877)

Figur 8-8. Forventninger til vægttab

	BMI 30,0-34,9	BMI 35,0-39,9	BMI 40,0 +
Ønsket vægttab på langt sigt (n = 856)	18,5 kg	26,8 kg	43,4 kg
Ønsket vægttab indenfor 1 år (n = 821)	11,8 kg	14,5 kg	17,4 kg

Note: Ønsket vægttab på langt sigt udgør det vægttab, der er nødvendigt for at opnår vægtstopperens ønskevægt.

Figur 8-9. Tidspunkt i graviditeten

	Inklusion	3 mdr.
1 mdr.	1%	1%
2 mdr.	2%	1%
3 mdr.	11%	2%
4 mdr.	51%	1%
5 mdr.	22%	3%
6 mdr.	7%	12%
7 mdr.	3%	30%
8 mdr.	2%	37%
9 mdr.	0%	13%
I alt	100%	100%

(n = 158)

Figur 8-10. Vægtstoppernes vægtudvikling under graviditeten

		Gravid ved 3 mdr. måling	Havde født ved 3 mdr. måling
Vægtforøgelse	Over 10 kg	8%	0%
	5 til 10 kg	39%	0%
	1 til 5 kg	36%	4%
Stabilitet	+/- 1 kg	9%	4%
Vægttab	1 til 5 kg	6%	46%
	5 til 10 kg	1%	35%
	I alt	100%	100%

(n = 158)

Figur 8-12. Vægtstoppernes vægtudvikling under graviditeten

Vægttab i kg	Procent
Vægttab eller vægtvedligeholdelse	16%
Anbefalet vægtstigning	51%
For stor vægtstigning	33%
I alt	100%

(n = 132)

4. Tabelrapport: Spørgeskemaer til vægtstoprådgivere

4.1 Vægtstoprådgiverdata

Det følgende afsnit indeholder svarfordelingerne på samtlige spørgsmål i de spørgeskemaer som vægtstoprådgiverne har besvaret. Vægtstoprådgiverne skal igennem deres forløb svare på 4 skemaer, men da det afsluttende skema⁵ ikke er blevet benyttet i midtvejsevalueringen, er det derfor heller ikke medtaget her. Herefter præsenteres det bagvedliggende data til de figurer, som fremgår af kapitel 3 om vægtstoprådgiveruddannelsen, og der vil endvidere, hvor det er nødvendigt, være en kort beskrivelse af, hvordan figuren er fremkommet.

4.1.1 Spørgeskema 1 – inden uddannelsen

127 vægtstoprådgivere har ved midtvejsevalueringen besvaret skema 1. Dette er ikke ensbetydende med at rådgiverne har svaret på samtlige spørgsmål i skemaet, hvorfor der for hvert enkelt spørgsmål også er angivet antallet af besvarelser. Dette gør sig også gældende i fremstillingen af svarfordelingerne i skema 2 og 3.

⁵ Det afsluttende skema svarer til skema 4, som vægtstoprådgiverne skal besvare ca. 12 måneder uddannelsesforløbets afslutning. Årsagen til at dette skema ikke er inddraget er, at der endnu ikke er nok rådgivere, som har besvaret dette. Det sidste skema vil i stedet blive inddraget i den afsluttende evaluering.

Hvad er det vigtigste, du forventer at få ud af uddannelsen?

	Fuldstændigt	I høj grad	Delvist	I ringe grad	Slet ikke	I alt
Jeg forventer at kunne udveksle erfaringer med andre fagpersoner (n = 124)	24,2%	54%	20,2%	2%	0%	100%
Jeg forventer at få konkrete og praktiske redskaber til at rådgive overvægtige voksne (n = 124)	61,3%	35,5%	2,4%	0,8%	0%	100%
Jeg forventer at få ny viden om vægttab og vægtvedligeholdelse. (n = 124)	46,8%	46%	5,6%	1,6%	0%	100%
Jeg forventer at få mulighed for at indgå i faglige netværk med rådgivere fra andre kommuner eller regioner (n = 123)	12,2%	36,6%	41,5%	9,8%	0%	100%
Jeg forventer at lære en helt ny tilgang til at arbejde med vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 124)	19,4%	41,9%	31,5%	6,5%	0,8%	100%
Jeg forventer at få bekræftet, at det jeg gør, når jeg arbejder med overvægtige voksne, er rigtigt (n = 112)	12,5%	38,4%	37,5%	10,7%	0,9%	100%
Jeg forventer at lære om, hvordan jeg kan ændre min rådgivningspraksis (n = 119)	20,2%	46,2%	28,6%	3,4%	1,7%	100%

I hvor høj grad har du behov for ny viden om følgende emner?

	I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I ringe grad	Slet ikke	I alt
Hvordan man motiverer overvægtige til at ændre livsstil (n = 124)	42,7%	40,3%	13,7%	3,2%	0%	100%
Betydning af fysisk aktivitet for vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 124)	14,5%	34,7%	33,9%	11,3%	5,6%	100%
Betydning af kost for vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 124)	22,6%	33,1%	28,2%	12,9%	3,2%	100%
Psykologi omkring vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 124)	48,4%	42,7%	8,1%	0%	0,8%	100%
Hvordan man yder grupperådgivning (n = 124)	36,3%	41,9%	13,7%	6,5%	1,6%	100%
Hvordan man yder individuel rådgivning (n = 124)	27,4%	42,7%	19,4%	8,9%	1,6%	100%

Hvad er væsentligt for vægtstoprådgiveruddannelsen?

	Meget vigtigt	Vigtigt	Hverken vigtigt eller ikke vigtigt	Ikke vigtigt	Slet ikke vigtigt	I alt
... at der lægges stor vægt på teori? (n = 125)	27,2%	62,4%	8%	2,4%	0%	100%
... at der lægges stor vægt på praktiske redskaber? (n = 125)	61,6%	36,8%	1,6%	0%	0%	100%
... at der er mulighed for at afprøve nye metoder og viden mellem uddannelsens trin? (n = 123)	28,5%	49,6%	18,7%	2,4%	0,8%	100%
... at der er mulighed for refleksion mellem trinene? (n = 124)	30,6%	53,2%	12,9%	3,2%	0%	100%
... at der er undervisning i grupperådgivning? (n = 125)	42,4%	40%	15,2%	2,4%	0%	100%
... at der er undervisning i individuel rådgivning? (n = 124)	32,3%	48,4%	14,5%	4,8%	0%	100%
... at der er praktiske øvelser i grupperådgivning? (n = 124)	36,3%	45,2%	13,7%	4%	0,8%	100%
... at der er praktiske øvelser i individuel rådgivning? (n = 123)	29,3%	42,3%	22,8%	4,9%	0,8%	100%
... at der er et velfungerende internet forum, hvor man kan udveksle erfaringer? (n = 124)	20,2%	41,9%	28,2%	8,9%	0,8%	100%
... at der er gode faciliteter på uddannelsesstedet? (n = 125)	19,2%	60%	16%	4,8%	0%	100%

Hvilke muligheder har du for at hjælpe overvægtige i din kommune eller region?

	Det kan jeg helt sikkert		Det kan jeg måske		Det kan jeg helt sikkert ikke	I alt
At støtte svært overvægtige i at sætte og opnå realistiske mål for vægttab (n = 120)	13,3%	43,3%	35,8%	4,2%	3,3%	100%
At hjælpe dem, der har sværest ved at tabe sig (n = 129)	9,2%	24,4%	49,6%	13,4%	3,4%	100%
At støtte svært overvægtige i at tabe sig, selvom der ikke er opbakning i hjemmet (n = 119)	7,6%	16%	44,5%	27,7%	4,2%	100%
At sikre, at ingen falder fra undervejs (n = 117)	1,7%	7,7%	39,3%	28,2%	23,1%	100%
At skabe motivation hos dem, der skal tabe sig (n = 120)	15%	32,5%	45%	6,7%	0,8%	100%
At få dem, der skal tabe sig, til at tro mere på sig selv (n = 120)	15,8%	40,8%	41,7%	0,8%	0,8%	100%
At få dem, der skal tabe sig, til at ændre deres kostvaner (n = 120)	9,2%	29,2%	53,3%	6,7%	1,7%	100%
At få dem, der skal tabe sig, til at lave fysisk aktivitet hver dag (n = 120)	4,2%	19,2%	55,8%	15,8%	5%	100%
At være med til at ændre rådgivningspraksis i min kommune så den tager udgangspunkt i den overvægtiges behov (n = 112)	10,7%	28,6%	40,2%	15,2%	5,4%	100%
At få kontakt til de overvægtige på arbejdspladserne (n = 104)	10,6%	16,3%	40,4%	23,1%	9,6%	100%
At få opbakning fra min ledelse til indsatser målrettet overvægtige voksne (n = 116)	38,8%	31,9%	24,1%	4,3%	0,9%	100%
At rekruttere relevante svært overvægtige til et vægtstopprojekt (n = 116)	19%	35,3%	38,8%	6,9%	0%	100%

Hvor mange år har du arbejdet med rådgivning af svært overvægtige voksne?

	Procent
Mindre end 1 år	16,8%
1-2 år	10,1%
3-4 år	6,7%
5-6 år	3,4%
7 år eller mere	9,2%
Jeg har ikke tidligere arbejdet med rådgivning af svært overvægtige voksne	53,8%
I alt	100%

(n = 119)

Hvor mange år har du arbejdet med rådgivning af svært overvægtige voksne – opdelt i intervaller? (Modificering af ovenstående frekvensfordeling)

	Procent
Mindre end 2 år	26,9%
Mere end 2 år	19,3%
Har ikke tidligere arbejdet med rådgivning af svært overvægtige voksne	53,8%

(n = 119). Vægtstoprådgiverne har i gennemsnit arbejdet med rådgivning af svært overvægtige voksne i 4 år.

Hvilke grupper af svært overvægtige voksne har du erfaring med at rådgive?

	Procent
Uden for arbejdsmarkedet (n = 64)	51,6%
Gravide/nybagte mødre (n = 64)	29,7%
Særligt udsatte erhvervsgrupper (fx ufaglærte) (n = 64)	29,7%
Anden etnisk baggrund end dansk (n = 64)	29,7%
Andre – hvilke (n = 64)	39,1%

Er du i øjeblikket tilknyttet et vægtstop-projekt med midler fra Sundhedsstyrelsen?

	Procent
Ja	56,1%
Nej	43,9%
I alt	100%

(n = 123)

Hvad er din uddannelsesmæssige baggrund?

	Procent
Social- og sundhedsassistent	2,4%
Sygeplejerske	13%
Sundhedsplejerske	19,5%
Jordemoder	6,5%
Bach. i Human ernæring	1,6%
Klinisk diætist	3,3%
Bach. i Idræt	1,6%
Cand scient i Human ernæring	0%
Cand scient FSV	0,8%
Cand. mag. i idræt	0%
Cand.psych.	1,6%
Andet – præciser venligst:	49,6%
I alt	100%

(n = 123)

Hvad er din stillingsbetegnelse?

	Procent
Ergo-/fysioterapeut	7,5%
Jordemoder	5,8%
Diætist	2,5%
Coach	1,7%
Sundhedskonsulent	15,8%
Sundhedsplejerske	20%
Social- og sundhedsassistent	1,7%
Projektleder	1,7%
Psykolog	2,5%
Vægtstoprådgiver (jeg er udelukkende vægtstoprådgiver)	3,3%
Andet, notér hvad	37,5%
I alt	100%

(n = 120)

Hvad er din alder? (Modificeret i forhold til spørgeskemaet – opdelt i intervaller)

	Procent
0-19 år	0,4%
20-29 år	9,8%
30-39 år	27,6%
40-49 år	37,8%
50-59 år	21,3%
60-69 år	3,1%
I alt	100%

(n = 225). Der er spurgt ind til vægtstoprådgivernes alder i skema 1 og 2. For at opnå flest besvarelser i opgørelsen af alder, og for ikke at medtage nogle respondenter to gange, er respondentens tidligste aldersangivelse udtrukket og inddraget. Aldersfordelingen her angiver således de vægtstoprådgivere, som har noteret deres alder i skema 1, samt de vægtstoprådgivere der ikke har besvaret skema 1, men har noteret deres alder i skema 2. Gennemsnitsalderen for vægtstoprådgiverne er 43 år.

Hvad er dit køn? (Tidligste angivelse af køn – skema 1 & 2)

	Procent
Mand	6,7%
Kvinde	93,3%
I alt	100%

(n = 225). Angivelserne af vægtstoprådgivernes køn i skema 1 & 2 er sammenlagt, og det er dermed den tidligste angivelse der fremgår i tabellen.

4.1.2 Spørgeskema 2 – umiddelbart efter uddannelsen

211 vægtstoprådgivere har besvaret skema 2 ved midtvejsevalueringen.

Vi starter med nogle udsagn om, hvad du selv synes er det vigtigste, du har fået ud af uddannelsen. Du bedes læse nedenstående udsagn og vurdere, hvor godt hvert af de nævnte udsagn passer på dit uddannelsesforløb ved vægtstoprådgiveruddannelsen. Hvad har du fået ud af uddannelsen?

	Fuldstændigt	I høj grad	Delvist	I ringe grad	Slet ikke	I alt
Jeg har udvekslet erfaringer med kolleger om det praktiske arbejde med overvægtige voksne (n = 209)	15,8%	43,1%	34%	5,3%	1,9%	100%
Jeg har fået konkrete og praktiske redskaber til at rådgive overvægtige voksne om vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 20207)	15,9%	57%	24,6%	2,4%	0%	100%
Jeg har fået ny viden om vægttab og vægtvedligeholdelse. (n = 210)	15,2%	42,4%	31,4%	6,7%	4,3%	100%
Jeg har opbygget et fagligt netværk med rådgivere fra andre kommuner (n = 206)	5,3%	16,5%	42,7%	26,2%	9,2%	100%
Jeg har lært en helt ny tilgang til at arbejde med vægttab og vægtvedligeholdelse blandt overvægtige voksne (n = 209)	17,7%	39,2%	30,1%	8,1%	4,8%	100%
Jeg har fået bekræftet, at det jeg gør, når jeg arbejder med overvægtige voksne, er rigtigt (n = 182)	16,5%	56%	24,7%	1,6%	1,1%	100%
Jeg har fået indsigt i betydningen af at ændre min rådgivningspraksis (n = 189)	6,3%	26,5%	42,3%	11,1%	13,8%	100%

I hvor høj grad har uddannelsen dækket dit behov for ny viden om følgende emner?

	Fuldstændigt	I høj grad	Delvist	I ringe grad	Slet ikke	I alt
Hvordan man motiverer vægtstopperne til at ændre livsstil (n = 208)	3,4%	43,3%	42,8%	7,7%	2,9%	100%
Betydning af fysisk aktivitet for vægtstop (n = 208)	5,8%	32,7%	39,4%	17,3%	4,8%	100%
Betydning af kost for vægtstop (n = 208)	9,1%	46,6%	28,8%	10,6%	4,8%	100%
Psykologi omkring vægtstop (n = 207)	9,7%	45,4%	32,4%	10,6%	1,9%	100%
Hvordan man arbejder med grupperådgivning (n = 208)	4,8%	44,2%	40,4%	8,2%	2,4%	100%
Hvordan man yder individuel rådgivning (n = 207)	6,3%	50,7%	31,4%	9,2%	2,4%	100%

Nu kommer en række udsagn om vægtstoprådgiveruddannelsen. Du bedes angive, hvor enig eller uenig du er i de nævnte udsagn.

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	I alt
Formålet med uddannelsen er klart for mig (n = 208)	32,7%	50,5%	13,0%	3,4%	0,5%	100%
Jeg tror, små skridt konceptet vil kunne hjælpe mig i arbejdet med svært overvægtige voksne (n = 207)	46,9%	47,3%	5,3%	0,5%	0%	100%
Små skridt konceptet giver mig helt nye redskaber i arbejdet med svært overvægtige voksne (n = 207)	21,7%	47,3%	21,3%	6,8%	2,9%	100%
Uddannelsen har hjulpet mig til at finde min egen pædagogiske rådgivningspraksis (n = 202)	10,4%	41,6%	35,6%	8,4%	4%	100%

Hvad synes du om den tid, der gik mellem uddannelsens trin?

	For kort tid	Et passende stykke tid	For lang tid	I alt
Mellem trin 1 og 2 gik der... (n = 197)	4,1%	88,8%	7,1%	100%
Mellem trin 2 og 3 gik der... (n = 195)	7,7%	82,1%	10,3%	100%

Hvad synes du om de krav, der blev stillet til dig som deltager?

	For høje	Passende	For lave	I alt
Hvordan var kravene til dine forkundskaber? (n = 193)	1%	79,8%	19,2%	100%
Hvordan var kravene til din forberedelse inden uddannelsens start? (n = 195)	2,6%	80,5%	16,9%	100%
Hvordan var kravene til din forberedelse undervejs i uddannelsen? (n = 193)	1,6%	77,2%	21,2%	100%
Hvordan var kravene til din aktive deltagelse i undervisningen? (n = 205)	1,5%	94,6%	3,9%	100%

Hvor tilfreds er du med vægtstoprådgiveruddannelsen?

	Meget tilfreds	Tilfreds	Hverken tilfreds eller utilfreds	Utilfreds	Meget utilfreds	I alt
Hvor tilfreds er du med kombinationen af teori og praksis? (n = 204)	18,1%	56,4%	19,1%	5,9%	0,5%	100%
Hvor tilfreds er du med sammenhængen mellem trin 1, 2 og 3? (n = 203)	11,3%	60,1%	20,2%	7,4%	1%	100%
Hvor tilfreds er du med mulighederne for at afprøve nye metoder og viden mellem trinene? (n = 182)	12,1%	49,5%	31,3%	6%	1,1%	100%
Hvor tilfreds er du med mulighederne for refleksion mellem trinene? (n = 196)	10,7%	66,7%	19,9%	2%	0,5%	100%
Hvor tilfreds er du med undervisningen i gruppesamtaler? (n = 203)	19,7%	53,7%	18,2%	6,4%	2%	100%
Hvor tilfreds er du med undervisningen i individuelle samtaler? (n = 201)	23,4%	56,2%	17,4%	3%	0%	100%
Hvor tilfreds er du med de praktiske øvelser i gruppesamtaler (n = 203)	30,5%	46,3%	17,7%	4,4%	1%	100%
Hvor tilfreds er du med de praktiske øvelser i individuelle samtaler? (n = 203)	31,5%	51,7%	14,8%	2%	0%	100%
Hvor tilfreds er du med undervisningens kvalitet samlet set? (n = 205)	17,6%	54,1%	20%	7,3%	1%	100%
Hvor tilfreds er du med faciliteterne på uddannelsesstedet? (n = 205)	24,9%	42,9%	13,7%	8,3%	10,2%	100%
Hvor tilfreds er du med at man skulle overnatte på uddannelsesstedet? (n = 197)	32%	46,7%	12,2%	7,1%	2%	100%

Har du brugt de sider, som er tilgængelige for Vægtstoprådgivere på www.numo.nu?

	Procent
Ja	82,4%
Nej	17,6%
I alt	100%

(n = 205)

Tilfredshed med sider for Vægtstoprådgivere på www.numo.nu

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	I alt
Siderne er lette at bruge (n = 167)	4,8%	40,1%	21%	26,3%	7,8%	100%
Siderne er nemme at finde rundt på (n = 169)	4,1%	30,8%	22,5%	32%	10,7%	100%
Siderne indeholder de materialer og oplysninger, jeg har brug for (n = 162)	3,1%	37,7%	31,5%	24,1%	3,7%	100%
Siderne er opdateret med den nyeste viden indenfor området (n = 142)	2,8%	33,1%	51,4%	9,9%	2,8%	100%
Dokumenter mv. bliver lagt ud på hjemmesiden som lovet (n = 138)	4,3%	32,6%	41,3%	15,2%	6,5%	100%

Har du brugt forum for Vægtstoprådgivere på www.numo.nu?

	Procent
Ja	16,5%
Nej	83,5%
I alt	100%

(n = 164)

Hvad har du brugt forumet til?

	Procent
At holde kontakt med rådgivere i andre kommuner/regioner (n = 30)	3,3%
At få adgang til ny viden, materialer mv. (n = 30)	66,7%
At diskutere faglige problemstillinger med kolleger andre steder i landet (n = 30)	10%
Andet, notér hvad (n = 30)	20%
Ved ikke (n = 30)	0%

Hvorfor har du ikke brugt forumet for Vægtstoprådgivere på www.numo.nu?

	Procent
Det er for besværligt (n = 139)	12,2%
Der er ingen andre, der bruger det (n = 139)	18%
Det er ikke relevant (n = 139)	18,7%
Jeg kendte ikke til forumet (n = 139)	11,5%
Andet, notér hvad (n = 139)	38,1%
Ved ikke (n = 139)	0%

Har uddannelsen generelt set levet op til dine forventninger?

	Procent
Ja	84,8%
Nej	15,2%
I alt	100%

(n = 191)

Har du fået noget andet ud af uddannelsen, end du forventede?

	Procent
Ja - notér hvad	45,8%
Nej	54,2%
I alt	100%

(n = 24)

Manglede du noget i forbindelse med uddannelsen?

	Procent
Ja - notér hvad	66,2%
Nej	33,8%
I alt	100%

(n = 157)

Hvilke muligheder har du for at påvirke problemer med overvægt?

	Det kan jeg helt sikkert		Det kan jeg måske		Det kan jeg helt sikkert ikke	I alt
At støtte svært overvægtige i at sætte og opnå realistiske mål for vægttab (n = 203)	41,1%	43,8%	13,8%	0,5%	0,5%	100%
At hjælpe dem, der har sværest ved at tabe sig (n = 201)	15,4%	32,3%	47,8%	4%	0,5%	100%
At støtte svært overvægtige i at tabe sig, selvom der ikke er opbakning i hjemmet (n = 201)	14,4%	29,4%	46,8%	9%	0,5%	100%
At sikre, at ingen falder fra undervejs (n = 200)	2%	7,5%	46,5%	20,5%	23,5%	100%
At skabe motivation hos dem, der skal tabe sig (n = 202)	18,8%	50%	27,2%	3,5%	0,5%	100%
At få dem, der skal tabe sig, til at tro mere på sig selv (n = 202)	28,7%	50,5%	18,8%	2%	0%	100%
At få dem, der skal tabe sig, til at ændre deres kostvaner (n = 202)	13,4%	52%	32,7%	2%	0%	100%
At få dem, der skal tabe sig, til at lave fysisk aktivitet hver dag (n = 200)	7,5%	31%	50%	9%	2,5%	100%
At være med til at ændre rådgivningspraksis i min kommune så den tager udgangspunkt i den overvægtiges behov (n = 183)	17,5%	31,7%	37,2%	9,8%	3,8%	100%
At få kontakt til de overvægtige på arbejdspladserne (n = 156)	10,3%	25%	42,3%	16,7%	5,8%	100%
At få opbakning fra min ledelse til indsatser målrettet overvægtige voksne (n = 181)	35,9%	33,1%	23,2%	6,6%	1,1%	100%
At rekruttere relevante svært overvægtige til projektet (n = 185)	18,9%	41,6%	29,2%	8,6%	1,6%	100%

I hvor høj grad oplever du, at samarbejdspartnere og andre relevante aktører i kommunen bakker op om vægtstopkonceptet?

	Fuldstændigt	I høj grad	Delvist	I ringe grad	Slet ikke	I alt
Din ledelse (n = 190)	47,9%	41,1%	10%	0,5%	0,5%	100%
Kommunens jobcentre (n = 90)	11,1%	44,4%	35,6%	7,8%	1,1%	100%
A-kasser (n = 29)	17,2%	17,2%	44,8%	10,3%	10,3%	100%
Integrationskonsulenter (n = 43)	11,6%	37,2%	37,2%	9,3%	4,7%	100%
Jordemødrene (n = 86)	23,3%	44,2%	20,9%	9,3%	2,3%	100%
Fysioterapeuterne (n = 77)	26%	48,1%	20,8%	3,9%	1,3%	100%
Sundhedsplejersker (n = 120)	34,2%	45%	17,5%	2,5%	0,8%	100%
Diætister (n = 90)	40%	44,4%	12,2%	1,1%	2,2%	100%
Hjemmeplejen (n = 51)	5,9%	49%	35,3%	3,9%	5,9%	100%
Sprogskoler/sprogcentre (n = 35)	20%	22,9%	40%	11,4%	5,7%	100%
Foreninger (n = 44)	9,1%	36,4%	45,5%	6,8%	2,3%	100%
Private vægttabsudbydere (n = 18)	0%	16,7%	50%	27,8%	5,6%	100%
Andre samarbejdspartnere, noter hvilke (n = 42)	40,5%	23,8%	31%	2,4%	2,4%	100%

Er du i øjeblikket tilknyttet et vægtstop-projekt med midler fra Sundhedsstyrelsen?

	Procent
Ja	66%
Nej	34%
I alt	100%

(n = 203)

Hvilke målgrupper blandt svært overvægtige voksne arbejder du med i forbindelse med projektet?

	Procent
Uden for arbejdsmarkedet (n = 139)	34,5%
Gravide/nybagte mødre (n = 139)	36%
Særligt udsat erhvervsgruppe (fx ufaglært) (n = 139)	31,7%
Anden etnisk baggrund end dansk (n = 139)	23,7%
Andet – hvad (n = 139)	22,3%

Samarbejder du på nuværende tidspunkt med en eller flere nøglepersoner på virksomheder?

	Procent
Ja	21,7%
Nej	78,3%
I alt	100%

(n = 199)

Hvor mange virksomheder samarbejder du med på nuværende tidspunkt?

	Procent
1	48,6%
2	20%
3	5,7%
4	5,7%
5	5,7%
6 eller flere	14,3%
I alt	100%

(n = 35)

Hvor mange vægtstopper har nøglepersoner på virksomheder sendt videre til dig?

	Procent
0	20,7%
1-5	27,6%
6-10	17,2%
11-15	10,3%
16-20	6,9%
21 eller flere	17,2%
I alt	100%

(n = 29)

Har du været involveret i sundhedsfremmende tiltag ude på virksomhederne som en del af nøglepersonordningen?

	Procent
Ja	38,5%
Nej	61,5%
I alt	100%

(n = 39)

Hvor tilfreds er du samlet set med nøglepersonordningen?

	Procent
Meget tilfreds	23,1%
Tilfreds	57,7%
Hverken tilfreds eller utilfreds	19,2%
Utilfreds	0%
Meget utilfreds	0%
I alt	100%

(n = 26)

Hvilket uddannelsessted var du tilknyttet under vægtstoprådgiveruddannelsen?

	Procent
Århus	16,7%
Gerlev	70,9%
Aalborg	5,9%
Har været tilknyttet begge uddannelsessteder	6,4%
I alt	100%

(n = 203)

Hvad er din uddannelsesmæssige baggrund?

	Procent
Social- og sundhedsassistent	2%
Sygeplejerske	10,8%
Sundhedsplejerske	18,2%
Jordemoder	6,9%
Bach. i Human ernæring	6,9%
Klinisk diætist	5,9%
Bach. i Idræt	0,5%
Cand scient i Human ernæring	1,5%
Cand scient FSV	1%
Cand. scient / cand. Mag i Idræt	1,5%
Cand.psych.	2%
Andet – præciser venligst	42,9%
Ved ikke	0%
I alt	100%

(n = 203)

Hvad er din uddannelsesmæssige baggrund? (Modificering af ovenstående frekvensfordeling – uddannelserne er kategoriseret og svarkategorien 'andet' er inddraget så vidt det er muligt)

	Procent
Sundhedsfaglig uddannelse	58%
Socialfaglig uddannelse	12,9%
Ernæringsfaglig uddannelse	21,4%
Andet	7,6%
I alt	1,6%

(n = 224). Der er spurgt ind til uddannelse i skema 1 og 2. Ovenstående opgørelse er vægtstoprådgivernes seneste angivelse af deres uddannelsesmæssige baggrund, hvilket er gjort for at opnå det mest opdaterede billede.

Hvad er din stillingsbetegnelse?

	Procent
Ergo-/fysioterapeut	6,9%
Jordemoder	5,4%
Diætist	3,5%
Coach	1%
Sundhedskonsulent	23,3%
Sundhedsplejerske	16,8%
Social- og sundhedsassistent	1,5%
Projektleder	5,9%
Psykolog	0,5%
Vægtstoprådgiver (jeg er udelukkende vægtstoprådgiver)	4%
Andet, notér hvad	31,2%
I alt	100%

(n = 202)

Er du projektleder på projektet?

	Procent
Ja	16,3%
Nej	83,7%
I alt	100%

(n = 203)

Hvad er dit køn?

	Procent
Mand	6,1%
Kvinde	93,9%
I alt	100%

(n = 196)

4.1.3 Spørgeskema 3 – 6 måneder efter uddannelsen

184 vægtstoprådgivere har besvaret skema 3 ved midtvejsevalueringen.

Når du tænker tilbage på dine oplevelser og erfaringer siden du afsluttede uddannelsen, hvad synes du så selv, du har fået ud af uddannelsen?

	Fuldstændigt	I høj grad	Delvist	I ringe grad	Slet ikke	I alt
Jeg fik udvekslet erfaringer med kolleger om det praktiske arbejde med overvægtige voksne (n = 183)	4,9%	38,8%	38,8%	15,3%	2,2%	100%
Jeg fik konkrete og praktiske redskaber til at rådgive overvægtige voksne om vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 183)	8,7%	59,6%	25,1%	6%	0,5%	100%
Jeg fik ny viden om vægttab og vægtvedligeholdelse. (n = 182)	9,9%	40,1%	33,5%	13,2%	3,3%	100%
Jeg fik opbygget et fagligt netværk med rådgivere fra andre kommuner (n = 181)	1,7%	11,6%	39,8%	28,2%	18,8%	100%
Jeg fik lært en helt ny tilgang til at arbejde med vægttab og vægtvedligeholdelse blandt overvægtige voksne (n = 183)	11,5%	44,8%	33,3%	7,1%	3,3%	100%
Jeg fik bekræftet, at det jeg gjorde, når jeg arbejder med overvægtige voksne, er rigtigt (n = 149)	8,7%	54,4%	33,6%	0,7%	2,7%	100%
Jeg fik indsigt i betydningen af at ændre min rådgivningspraksis (n = 159)	5%	31,4%	37,1%	18,9%	7,5%	100%

Efter at have arbejdet med vægtstoprådgivning i praksis, i hvor høj grad synes du så, at uddannelsen har dækket dit behov for ny viden om følgende emner?

	Fuldstændigt	I høj grad	Delvist	I ringe grad	Slet ikke	I alt
Hvordan man motiverer overvægtige til at ændre livsstil (n = 177)	2,3%	37,9%	49,2%	8,5%	2,3%	100%
Betydning af fysisk aktivitet for vægtstop (n = 177)	6,8%	33,9%	35,6%	20,3%	3,4%	100%
Betydning af kost for vægtstop (n = 178)	7,3%	47,8%	29,2%	11,2%	4,5%	100%
Psykologi omkring vægtstop (n = 177)	7,9%	39,5%	34,5%	15,8%	2,3%	100%
Hvordan man arbejder med grupperådgivning (n = 176)	2,8%	44,9%	39,8%	11,4%	1,1%	100%
Hvordan man yder individuel rådgivning (n = 177)	2,8%	45,2%	37,9%	12,4%	1,7%	100%

Har du fået andet ud af uddannelsen?

	Procent
Ja, notér hvad	48,3%
Nej	51,7%
I alt	100%

(n = 116)

Efter at have arbejdet med vægtstoprådgivning i praksis, synes du så, at der manglede noget på uddannelsen?

	Procent
Ja, notér hvad	79,7%
Nej	20,3%
I alt	100%

(n = 128)

Har du stadig kontakt til en eller flere af de kursister fra andre kommuner eller regioner, som du mødte under uddannelsen?

	Procent
Ja	30,5%
Nej	69,5%
I alt	100%

(n = 177)

Bruger du denne kontakt til udveksling af viden og erfaringer med vægttab og vægtvedligeholdelse blandt svært overvægtige voksne?

	Procent
Ja	79,6%
Nej	20,4%
I alt	100%

(n = 54)

Deltager du i andre former for netværk for vægtstoprådgivere?

	Procent
Ja, hvilke	50%
Nej	50%
I alt	100%

(n = 180)

Er du i øjeblikket tilknyttet et vægtstop-projekt med midler fra Sundhedsstyrelsen?

	Procent
Ja	71,7%
Nej	28,3%
I alt	100%

(n = 180)

Hvilket projekt er du tilknyttet?

	Procent
Esbjerg Kommune (n = 129)	1,6%
Faxe Kommune (n = 129)	0,8%
Fredericia Kommune (n = 129)	0,8%
Faaborg-Midtfyn Kommune (n = 129)	0,8%
Halsnæs Kommune (n = 129)	3,1%
Hedensted Kommune (n = 129)	2,3%
Helsingør Kommune (n = 129)	3,1%
Herning Kommune (n = 129)	3,9%
Hjørring Kommune (n = 129)	2,3%
Holstebro Kommune (n = 129)	3,9%
Ikast-Brande Kommune (n = 129)	2,3%
Ishøj Kommune (n = 129)	3,1%
Køge Kommune (n = 129)	3,9%
Langeland Kommune (n = 129)	2,3%
Lemvig Kommune (n = 129)	2,3%
Mariagerfjord Kommune (n = 129)	0,8%
Morsø Kommune (n = 129)	1,6%
Norddjurs Kommune (n = 129)	5,4%
Nyborg Kommune (n = 129)	2,3%
Odense Kommune (n = 129)	2,3%
Randers Kommune (n = 129)	3,1%
Region Midtjylland (n = 129)	7%

Region Nordjylland (n = 129)	2,3%
Region Sjælland Næstved Sygehus (n = 129)	0,8%
Region Syddanmark (n = 129)	3,9%
Regionshospitalet Horsens (n = 129)	0,8%
Ringkøbing-Skjern Kommune (n = 129)	1,6%
Roskilde Kommune (n = 129)	3,1%
Silkeborg Kommune (n = 129)	7,8%
Stevns Kommune (n = 129)	6,2%
Struer Kommune (n = 129)	2,3%
SuperGros (n = 129)	0%
Syddjurs Kommune (n = 129)	2,3%
Svendborg Kommune (n = 129)	1,6%
Tårnby Kommune (n = 129)	1,6%
Vejen Kommune (n = 129)	2,3%
Vejle Kommune (n = 129)	3,9%
Vesthimmerland (n = 129)	2,3%
Vordingborg Kommune (n = 129)	2,3%
Aalborg Kommune (n = 129)	6,2%
Andet – hvad (n = 129)	2,3%

Hvilke målgrupper blandt svært overvægtige voksne arbejder du med i forbindelse med projektet?

	Procent
Uden for arbejdsmarkedet (n = 129)	32,6%
Gravide/nybagte mødre (n = 129)	40,3%
Særligt udsat erhvervsgruppe (fx ufaglært) (n = 129)	32,6%
Anden etnisk baggrund end dansk (n = 129)	21,7%
Andet – hvad (n = 129)	26,4%

Hvor mange vægtstopper har du ca. vejledt? (Modificeret i forhold til spørgeskemaet – opdelt i intervaller)

	Procent
0-19 vægtstopper	51,2%
20-39 vægtstopper	24%
40-59 vægtstopper	11,6%
60-79 vægtstopper	8,3%
80-99 vægtstopper	3,3%
100-119 vægtstopper	1,7%
I alt	100%

(n = 121). Antallet af vægtstopper som vægtstoprådgiverne i gennemsnit har vejledt ca. 6 måneder efter uddannelsen er 27.

Det er ikke alle vægtstoppere, der fuldfører deres vægtstopforløb. Hvad oplever du som de primære årsager til frafald?

	Procent
Manglende motivation (n = 129)	58,1%
Følte sig "presset" ind i et vægtstopforløb (n = 129)	11,6%
Manglende opbakning fra familie og/eller venner (n = 129)	20,9%
Følte sig ikke tilpas i gruppen (n = 129)	14%
Ønskede et mere individuelt forløb (n = 129)	19,4%
Oplevede ikke, at der blev opnået resultater (fx manglende væggtab) (n = 129)	34,1%
Syntes "små skridt" går for langsomt (n = 129)	44,2%
Psykiske eller sociale problemer (n = 129)	55,8%
Fødsel (gravide) (n = 129)	17,8%
Vægtstopperen havde for travlt til at deltage (n = 129)	36,4%
Vægtstopperen fraflyttede kommunen/regionen (n = 129)	10,1%
Andet, notér hvad (n = 129)	17,1%
Ved ikke (n = 129)	0%

Nu kommer der nogle spørgsmål om nøglepersonordningen. Samarbejder du på nuværende tidspunkt med en eller flere nøglepersoner på virksomheder?

	Procent
Ja	18,4%
Nej	81,6%
I alt	100%

(n = 125)

Hvor mange virksomheder samarbejder du med på nuværende tidspunkt?

	Procent
1	28,6%
2	14,3%
3	33,3%
4	19%
5	4,8%
6 eller flere	0%
I alt	100%

(n = 21)

Hvor mange vægtstopper har nøglepersoner på virksomheder sendt videre til dig?

	Procent
0	11,8%
1-5	35,3%
6-10	41,2%
11-15	0%
16-20	0%
21 eller flere	11,8%
I alt	100%

(n = 17)

Har du været involveret i sundhedsfremmende tiltag ude på virksomhederne som en del af nøglepersonordningen?

	Procent
Ja	44,4%
Nej	55,6%
I alt	100%

(n = 18)

Hvor tilfreds er du samlet set med nøglepersonordningen?

	Procent
Meget tilfreds	23,1%
Tilfreds	61,5%
Hverken tilfreds eller utilfreds	7,7%
Utilfreds	7,7%
Meget utilfreds	0%
I alt	100%

(n = 13)

Hvilke muligheder har du for at påvirke problemer med overvægt?

	Det kan jeg helt sikkert		Det kan jeg måske		Det kan jeg helt sikkert ikke	I alt
At støtte svært overvægtige i at sætte og opnå realistiske mål for vægttab (n = 122)	53,3%	37,2%	8,2%	0,8%	0%	100%
At hjælpe dem, der har sværest ved at tabe sig (n = 123)	17,1%	31,7%	45,5%	5,7%	0%	100%
At støtte svært overvægtige i at tabe sig, selvom der ikke er opbakning i hjemmet (n = 123)	13%	31,7%	44,7%	10,6%	0%	100%
At sikre, at ingen falder fra undervejs (n = 122)	4,1%	9,8%	35,2%	27%	23,8%	100%
At skabe motivation hos dem, der skal tabe sig (n = 124)	25%	52,4%	21,8%	0,8%	0%	100%
At få dem, der skal tabe sig, til at tro mere på sig selv (n = 122)	25,4%	49,2%	23%	2,5%	0%	100%
At få dem, der skal tabe sig, til at ændre deres kostvaner (n = 124)	19,4%	48,4%	29,8%	2,4%	0%	100%
At få dem, der skal tabe sig, til at lave fysisk aktivitet hver dag (n = 123)	4,1%	33,3%	50,4%	8,9%	3,3%	100%
At være med til at ændre rådgivningspraksis i min kommune så den tager udgangspunkt i den overvægtiges behov (n = 108)	22,2%	22,2%	43,5%	9,3%	2,8%	100%
At få kontakt til de overvægtige på arbejdspladserne (n = 86)	15,1%	24,4%	36%	15,1%	9,3%	100%
At få opbakning fra min ledelse til indsatser målrettet overvægtige voksne (n = 112)	34,8%	26,8%	36,6%	1,8%	0%	100%
At rekruttere relevante svært overvægtige til projektet (n = 117)	17,1%	34,2%	39,3%	8,4%	0,9%	100%

I hvor høj grad oplever du, at samarbejdspartnere og andre relevante aktører i kommunen/regionen bakker op om vægtstopkonceptet?

	Fuldstændigt	I høj grad	Delvist	I ringe grad	Slet ikke	I alt
Din ledelse (n = 122)	55,7%	35,2%	9%	0%	0%	100%
Jobcentre (n = 60)	10%	30%	40%	15%	5%	100%
A-kasser (n = 25)	8%	12%	24%	28%	28%	100%
Integrationskonsulenter (n = 34)	14,7%	32,4%	32,4%	8,8%	11,8%	100%
Jordemødre (n = 63)	22,2%	22,2%	23,8%	25,4%	6,3%	100%
Fysioterapeuter (n = 50)	28%	36%	20%	6%	10%	100%
Sundhedsplejersker (n = 72)	37,5%	33,3%	19,4%	5,6%	4,2%	100%
Diætister (n = 60)	46,7%	28,3%	15%	3,3%	6,7%	100%
Hjemmeplejen (n = 33)	15,2%	33,3%	30,3%	6,1%	15,2%	100%
Sprogskoler/sprogcentre (n = 29)	13,8%	17,2%	24,1%	17,2%	27,6%	100%
Foreninger (n = 30)	13,3%	33,3%	23,3%	16,7%	13,3%	100%
Private vægttabsudbydere (n = 19)	15,8%	10,5%	15,8%	10,5%	47,4%	100%
Andre samarbejdspartnere, noter hvilke (n = 33)	30,3%	21,2%	27,3%	12,1%	9,1%	100%

Hvorfor er du ikke på nuværende tidspunkt tilknyttet et vægtstopprojekt?

	Ja	Nej	I alt
Pga. barsel eller anden orlov (n = 39)	2,6%	97,4%	100%
Pga. sygdom eller lignende (n = 38)	0%	100%	100%
Jeg er overgået til andre opgaver i kommunen/regionen (n = 38)	15,8%	84,2%	100%
Jeg er ikke længere ansat i kommunen/regionen (n = 38)	7,9%	91,1%	100%
Vægtstopprojektet i min kommune/region er ikke gået i gang endnu (n = 33)	12,1%	87,9%	100%
Vægtstopprojektet i min kommune/region er afsluttet (n = 33)	12,1%	87,9%	100%
Jeg har aldrig været tilknyttet et vægtstopprojekt (n = 42)	66,7%	33,3%	100%
Andet, notér hvad (n = 40)	67,5%	32,5%	100%

Arbejder du på anden måde med vægttab og vægtvedligeholdelse blandt svært overvægtige voksne?

	Procent
Ja	74%
Nej	26%
I alt	100%

(n = 50)

Hvordan arbejder du med vægttab og vægtvedligeholdelse blandt svært overvægtige voksne?

	Procent
I regionalt regi (n = 37)	13,5%
I kommunalt regi (n = 37)	75,7%
I privat regi (n = 37)	13,5%
I frivilligt regi (n = 37)	0%
Andet, notér hvad (n = 37)	8,1%
Ved ikke/ikke relevant (n = 37)	0%

I hvor høj grad kan du bruge det, du har lært på vægtstoprådgiveruddannelsen, i dit nuværende arbejde?

	Procent
I meget høj grad	27%
I høj grad	43,2%
Delvist	27%
I ringe grad	0%
I meget ringe grad	2,7%
I alt	100%

(n = 37)

Nu kommer der nogle spørgsmål om de sider, der er tilgængelige for Vægtstoprådgivere på www.numo.nu. Har du benyttet hjemmesiden for Vægtstoprådgivere siden du afsluttede uddannelsen som Vægtstoprådgiver?

	Procent
Ja	66,3%
Nej	33,7%
I alt	100%

(n = 163)

Tilfredshed med sider for Vægtstoprådgivere på www.numo.nu

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	I alt
Siderne er lette at bruge (n = 106)	7,5%	37,7%	32,1%	19,8%	2,8%	100%
Siderne er nemme at finde rundt på (n = 106)	6,6%	28,3%	36,8%	23,6%	4,7%	100%
Siderne indeholder de materialer og oplysninger, jeg har brug for (n = 103)	4,9%	33%	38,8%	18,4%	4,9%	100%
Siderne er opdateret med den nyeste viden indenfor området (n = 75)	2,7%	34,7%	42,7%	18,7%	1,3%	100%
Dokumenter mv. bliver lagt ud på hjemmesiden som lovet (n = 72)	4,2%	33,3%	44,4%	16,7%	1,4%	100%

Har du brugt forum for Vægtstoprådgivere på www.numo.nu?

	Procent
Ja	15%
Nej	85%
I alt	100%

(n = 100)

Hvad har du brugt forumet til?

	Procent
At holde kontakt med rådgivere i andre kommuner/regioner (n = 19)	10,5%
At udveksle ny viden, materialer mv. (n = 19)	52,6%
At diskutere faglige problemstillinger med kolleger andre steder i landet (n = 19)	10,5%
Andet, notér hvad (n = 19)	21,1%
Ved ikke (n = 19)	0%

Hvorfor har du ikke brugt forumet for Vægtstoprådgivere på www.numo.nu?

	Procent
Det er for besværligt (n = 86)	14%
Der er ingen andre, der bruger det (n = 96)	18,6%
Det er ikke relevant (n = 86)	18,6%
Jeg kendte ikke til forumet (n = 86)	5,8%
Andet, notér hvad (n = 86)	27,9%
Ved ikke (n = 86)	0%

4.1.4 Rapportens figurer og tabeller

Figureerne er præsenteret i den rækkefølge som de fremgår i kapitel 10.

Figur 10-1 - Aldersfordeling blandt vægtstoprådgiverne

Hvad er din alder? (Modificeret i forhold til spørgeskemaet – opdelt i intervaller)

	Procent
0-19 år	0,4%
20-29 år	9,8%
30-39 år	27,6%
40-49 år	37,8%
50-59 år	21,3%
60-69 år	3,1%
I alt	100%

(n = 225). Der er spurgt ind til vægtstoprådgivernes alder i skema 1 og 2. For at opnå flest besvarelser i opgørelsen af alder, og for ikke at medtage nogle respondenter to gange, er respondentens tidligste aldersangivelse udtrukket og inddraget. Aldersfordelingen her angiver således de vægtstoprådgivere, som har noteret deres alder i skema 1, samt de vægtstoprådgivere der ikke har besvaret skema 1, men har noteret deres alder i skema 2. Gennemsnitsalderen for vægtstoprådgiverne er 43 år.

Figur 10-2 - Vægtstoprådgivernes uddannelsesmæssige baggrund

Hvad er din uddannelsesmæssige baggrund? (Modificering af ovenstående frekvensfordeling – uddannelserne er kategoriseret og svarkategorien 'andet' er inddraget så vidt det er muligt)

	Procent
Sundhedsfaglig uddannelse	58%
Socialfaglig uddannelse	12,9%
Ernæringsfaglig uddannelse	21,4%
Andet	7,6%
I alt	1,6%

(n = 224). Der er spurgt ind til uddannelse i skema 1 og 2. Ovenstående opgørelse er vægtstoprådgivernes seneste angivelse af deres uddannelsesmæssige baggrund, hvilket er gjort for at opnå det mest opdaterede billede.

Figur 10-3 - Hvad er det vigtigste du forventer at få ud af uddannelsen, og hvad har du fået ud af uddannelsen?

Figuren består som beskrevet i afsnit **Error! Reference source not found.** af gennemsnittene fra to forskellige spørgsmål og deres ens lydende underkategorier: 1) Hvad er det vigtigste du forventer at få ud af uddannelsen? og 2) Hvad har du fået ud af uddannelsen. Gennemsnittene for underkategorierne på de to spørgsmål er således sat overfor hinanden og 'plottet' ind i figuren (koordinatsystem). Nedenstående tabeller angiver gennemsnittene fra de to spørgsmål:

Hvad er det vigtigste du forventer at få ud af uddannelsen? (På en skala fra 1-10)

Hvad har du fået ud af uddannelsen? (På en skala fra 1-10)

	Gennemsnit
Jeg fik udvekslet erfaringer med kolleger om det praktiske arbejde med overvægtige voksne (n = 75)	6,0
Jeg fik konkrete og praktiske redskaber til at rådgive overvægtige voksne om vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 75)	7,0
Jeg fik ny viden om vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 75)	6,3
Jeg fik opbygget et fagligt netværk med rådgivere fra andre kommuner (n = 75)	3,4
Jeg fik lært en helt ny tilgang til at arbejde med vægttab og vægtvedligeholdelse blandt overvægtige voksne (n = 75)	6,2
Jeg fik bekræftet, at det jeg gjorde, når jeg arbejder med overvægtige voksne, er rigtigt (n = 56)	6,6
Jeg fik indsigt i betydningen af at ændre min rådgivningspraksis (n = 64)	5,3

Spørgsmålet er stillet til vægtstoprådgiverne 6 måneder efter uddannelsen (skema 3).

Figur 10-4 – I hvor høj grad har du behov for ny viden om følgende emner, og i hvor høj grad har uddannelsen dækket dit behov for ny viden om følgende emner?

Figuren består som ovenstående figur af gennemsnittene for to forskellige spørgsmål og deres underkategorier. I denne figur drejer det sig om følgende spørgsmål: 1) I hvor høj grad har du behov for ny viden om følgende emner?, og 2) I hvor høj grad har uddannelsen dækket dit behov for ny viden om følgende emner?. Nedenstående tabeller angiver gennemsnittene fra de to spørgsmål:

	Gennemsnit
Jeg forventer at kunne udveksle erfaringer med andre fagpersoner (n = 75)	7,7
Jeg forventer at få konkrete og praktiske redskaber til at rådgive overvægtige voksne (n = 75)	9,1
Jeg forventer at få ny viden om vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 75)	8,5
Jeg forventer at få mulighed for at indgå i faglige netværk med rådgivere fra andre kommuner eller regioner (n = 75)	6,5
Jeg forventer at lære en helt ny tilgang til at arbejde med vægttab og vægtvedligeholdelse (n = 75)	6,7
Jeg forventer at få bekræftet, at det jeg gør, når jeg arbejder med overvægtige voksne er rigtigt (n = 56)	6,3
Jeg forventer at lære om, hvordan jeg kan ændre min rådgivningspraksis (n = 64)	6,8

Spørgsmålet er stillet til vægtstoprådgiverne inden uddannelsen (skema 1).

I hvor høj grad har du behov for ny viden om følgende emner? (På en skala fra 1-10)

	Gennemsnit
Hvordan man motiverer overvægtige til at ændre livsstil (n =72)	8,1
Betydning af fysisk aktivitet for vægttab og vægtvedligeholdelse (n =73)	6,0
Betydning af kost for vægt og vægtvedligeholdelse (n =73)	6,4
Psykologi omkring vægttab og vægtvedligeholdelse (n =73)	8,4
Hvordan man yder grupperådgivning (n =71)	7,6
Hvordan man yder individuel rådgivning (n =72)	7,1

Spørgsmålet er stillet til vægtstoprådgiverne inden uddannelsen (skema 1).

I hvor høj grad har uddannelsen dækket dit behov for ny viden om følgende emner? (På en skala fra 1-10)

	Gennemsnit
Hvordan man motiverer overvægtige til at ændre livsstil (n =72)	5,9
Betydning af fysisk aktivitet for vægttab og vægtvedligeholdelse (n =73)	6,0
Betydning af kost for vægt og vægtvedligeholdelse (n =73)	6,2
Psykologi omkring vægttab og vægtvedligeholdelse (n =73)	6,2
Hvordan man yder grupperådgivning (n =71)	6,3
Hvordan man yder individuel rådgivning (n =72)	6,0

Spørgsmålet er stillet til vægtstoprådgiverne 6 måneder efter uddannelsen (skema 3).

Figur 10-6 – Direkte hjælp – før og efter uddannelsen

Figuren viser, hvordan vægtstoprådgivernes tro på at kunne hjælpe borgerne *direkte* ser ud henholdsvis før og efter uddannelsen. Tiltroen til at kunne hjælpe vægtstopperen direkte, hvilket vil sige at hjælpe og støtte så denne opnår vægttab, er målt ved hjælp af 12 følgende spørgsmål, som efterfølgende er lagt sammen til et indeks:

Indeks – Tiltro til at kunne hjælpe vægtstopperen direkte

- At støtte svært overvægtige i at sætte og opnå realistiske mål for vægttab
- At hjælpe dem, der har sværest ved at tabe sig
- At støtte svært overvægtige i at tabe sig, selvom der ikke er opbakning i hjemmet
- At sikre, at ingen falder fra undervejs
- At skabe motivation hos dem, der skal tabe sig
- At få dem, der skal tabe sig, til at tro mere på sig selv
- At få dem, der skal tabe sig, til at ændre deres kostvaner
- At få dem, der skal tabe sig, til at lave fysisk aktivitet hver dag

Vægtstoprådgiverne har besvaret spørgsmålene på en skala fra 1 til 5, og figuren angiver således fordelingen på denne skala i procent. De nøjagtige procentsatser fremgår i nedenstående tabel:

Tiltro til at kunne hjælpe vægtstopperen direkte (på en skala fra 1-5)

	Før uddannelsen (n = 115)	Efter uddannelsen (n = 196)
1 (det kan jeg helt sikkert ikke)	2,6%	0%
2	41,7%	16,3%
3 (det kan jeg måske)	44,3%	65,8%
4	11,3%	17,9%
5 (Det kan jeg helt sikkert)	0%	0%

I figuren er 1 & 2 = lav motivation, 3 = middel motivation og 4 & 5 = høj motivation.

Figur 10-7 – Indirekte hjælp – før og efter uddannelsen

Figuren viser, hvordan vægtstoprådgiverne ser deres muligheder for at påvirke vægtstopperens situation *indirekte* henholdsvis før og efter uddannelsen. Tiltroen til at kunne hjælpe vægtstopperne indirekte, hvilket vil sige at påvirke organiseringen, det omkringliggende system og ledelsen og derigennem hjælpe vægtstopperen på længere sigt, er målt ved hjælp af de 4 følgende spørgsmål, som efterfølgende er lagt sammen til et indeks:

Indeks – Tiltro til at kunne hjælpe vægtstopperen indirekte	
• At være med til at ændre rådgivningspraksis i min kommune så den tager udgangspunkt i den overvægtiges behov • At få kontakt til de overvægtige på arbejdspladserne • At få opbakning fra min ledelse til indsatser målrettet overvægtige voksne • At rekruttere relevante svært overvægtige til projektet	

Vægtstoprådgiverne har besvaret spørgsmålene på en skala fra 1 til 5, og figuren angiver således fordelingen på denne i procent. De nøjagtige procentsatser fremgår i neden stående tabel:

Tiltro til at kunne hjælpe vægtstopperen indirekte (på en skala fra 1-5)

	Før uddannelsen (n = 100)	Efter uddannelsen (n = 196)
1 (det kan jeg helt sikkert ikke)	0%	1,4%
2	13%	8,8%
3 (det kan jeg måske)	30%	23,8%
4	38%	44,2%
5 (Det kan jeg helt sikkert)	19%	21,8%

I figuren er 1 & 2 = lav motivation, 3 = middel motivation og 4 & 5 = høj motivation.

Figur 10-8 – Udvikling over tid i vægtstoprådgivernes motivation i forhold til arbejdet med vægtstopper

Figuren viser udviklingen over tid på 4 følgende spørgsmål:

- § Hvilke muligheder har du for at påvirke problemer med overvægt?
- At hjælpe dem der har sværest ved at tabe sig
 - At sikre, at ingen falder fra undervejs
 - At skabe motivation hos dem, der skal tabe sig
 - At få opbakning fra min ledelse til indsatser målrettet overvægtige voksne

Udviklingen er afbilledet ved hjælp af gennemsnit fra de samme spørgsmål på tre tidspunkter: 1) før uddannelsen, 2) lige efter uddannelsen, 3) 6 måneder efter uddannelsen. De præcise gennemsnit fremgår af nedenstående tabel:

Hvilke muligheder har du for at påvirke problemer med overvægt? (på en skala fra 1-10)

	Inden uddannelsen	Lige efter uddannelsen	6 måneder efter uddannelsen
At hjælpe dem der har sværest ved at tabe sig	5,6 (n = 119)	6,5 (n = 201)	6,5 (n = 123)
At sikre, at ingen falder fra undervejs	3,4 (n = 117)	3,6 (n = 200)	3,6 (n = 122)
At skabe motivation hos dem, der skal tabe sig	6,4 (n = 120)	7,1 (n = 202)	7,5 (n = 124)
At få opbakning fra min ledelse til indsatser målrettet overvægtige voksne	7,6 (n = 116)	7,4 (n = 181)	7,4 (n = 112)

Figur 10-9 - Vægtstoprådgivernes erfaring angivet ved antallet af vejledte vægtstoppere

Hvor mange vægtstoppere har du ca. vejledt? (Modificeret i forhold til spørgeskemaet – opdelt i intervaller)

	Procent
0-19 vægtstoppere	51,2%
20-39 vægtstoppere	24%
40-59 vægtstoppere	11,6%
60-79 vægtstoppere	8,3%
80-99 vægtstoppere	3,3%
100-119 vægtstoppere	1,7%
I alt	100%

(n = 121). Antallet af vægtstoppere som vægtstoprådgiverne i gennemsnit har vejledt ca. 6 måneder efter uddannelsen er 27.

Figur 10-10 – Udviklingen i opfattelsen af metoden ”Små skridt” som henholdsvis koncept og redskab

Figuren viser udviklingen over tid på de 2 følgende spørgsmål:

- § Jeg tror små skridt konceptet vil kunne hjælpe mig i arbejdet med svært overvægtige voksne
- § Små skridt konceptet giver mig helt nye redskaber i arbejdet med svært overvægtige voksne

Udviklingen er afbilledet ved hjælp af gennemsnit fra de samme spørgsmål på to tidspunkter: 1) lige efter uddannelsen, 2) 6 måneder efter uddannelsen. De præcise gennemsnit fremgår af nedenstående tabel:

Opfattelsen af metoden ”Små skridt” som henholdsvis koncept og redskab (på en skala fra 1-10)

	Lige efter uddannelsen	6 måneder efter uddannelsen
Jeg tror små skridt konceptet vil kunne hjælpe mig i arbejdet med svært overvægtige voksne	8,5 (n = 207)	7,5 (n = 117)
Små skridt konceptet giver mig helt nye redskaber i arbejdet med svært overvægtige voksne	7,0 (n = 207)	8,4 (n = 127)

Figur 10-11 – Vægtstoprådgivernes brug af numo.nu

Har du brugt de sider, som er tilgængelige for vægtstoprådgiverne på www.numo.dk?

	Lige efter uddannelsen (n = 208)	6 måneder efter uddannelsen (n = 165)
Ja	81,7%	66,7%
Nej	17,1%	33,3%

Figur 10-12 Vægtstoprådgivernes tilfredshed med brugervenligheden på numo.nu

Tilfredshed med sider for vægtstoprådgivere på www.numo.nu

	Helt enig		Enig		Hverken enig eller uenig		Uenig		Helt uenig	
	0 mdr.	6 mdr.	0 mdr.	6 mdr.	0 mdr.	6 mdr.	0 mdr.	6 mdr.	0 mdr.	6 mdr.
Siderne er lette at bruge	4,7%	7,3%	39,5%	36,4%	20,3%	31,8%	25,6%	19,1%	7,6%	2,7%
Siderne er nemme at finde rundt på	4,1%	6,4%	30,8%	27,3%	22,1%	36,4%	31,4%	22,7%	10,5%	4,5%

0 mdr. = Lige efter uddannelsen. 6 mdr. = 6 måneder efter uddannelsen. 172 har svaret på spørgsmålet umiddelbart efter uddannelsen, mens 110 har svaret på spørgsmålet 6 måneder efter uddannelsen. I figuren er Helt enig & enig = enig og uenig & helt uenig = uenig.

Figur 10-13 – Vægtstoprådgivernes tilfredshed med materialer, oplysninger og viden på numo.nu

Figuren viser vægtstoprådgivernes procentuelle fordeling på de to følgende spørgsmål henholdsvis lige efter uddannelsen og 6 måneder efter uddannelsen:

- § Siderne indeholder de materialer og oplysninger jeg har brug for
- § Siderne er opdateret med den nyeste viden indenfor området

Den præcise procentvise fordeling er opstillet i nedenstående tabel:

Tilfredshed med sider for vægtstoprådgivere på www.numo.nu

	Helt enig		Enig		Hverken enig eller uenig		Uenig		Helt uenig	
	0 mdr.	6 mdr.	0 mdr.	6 mdr.	0 mdr.	6 mdr.	0 mdr.	6 mdr.	0 mdr.	6 mdr.
Siderne indeholder de materialer og oplysninger jeg har brug for	2,9%	4,5%	35,5%	30,9%	30,2%	37,3%	22,7%	17,3%	3,5%	4,5%
Siderne er opdateret med den nyeste viden indenfor området	2,3%	1,8%	27,3%	23,6%	43%	29,1%	8,1%	12,7%	2,3%	0,9%

0 mdr. = Lige efter uddannelsen. 6 mdr. = 6 måneder efter uddannelsen. 172 har svaret på spørgsmålet umiddelbart efter uddannelsen, mens 110 har svaret på spørgsmålet 6 måneder efter uddannelsen. I figuren er Helt enig & enig = enig og uenig & helt uenig = uenig.

5. Projektlederskemaet

I dette kapitel afrapporteres projektledernes besvarelser af det årlige statusskema for projekterne. I midtvejsevalueringen er anvendt statusskemaet fra efteråret 2010, med få undtagelser:

- 1) Besvarelsen fra Stevns Kommune var ikke færdiggjort, og fra og med spørgsmål 22 er derfor anvendt data fra 2009. Odense Kommunes besvarelse var heller ikke færdiggjort, og fra og med spørgsmål 19 anvendes data fra 2009.
- 2) Tårnby Kommune og Hjørring Kommune har ikke nået at besvare skemaet i 2010, og derfor anvendes data fra 2009.

Har projektet opnået støtte ved 1. eller 2. udmøntning?

	Antal projekter
1. udmøntning (juli 2008)	27
2. udmøntning (juli 2009)	13
Både 1. og 2. udmøntning	2
I alt	42

Er I på nuværende tidspunkt gået i gang med at afholde vægtstopforløb?

	Procent
Ja	100%
Nej	0%
I alt	100%

(n = 42)

Er der formuleret overordnede mål for projektet?

	Procent
Ja	97%
Nej	3%
I alt	100%

(n = 39)

Er projektets overordnede mål blevet ændret eller tilpasset siden projektstart / projektbevilling?

	Procent
Ja	16%
Nej	84%
I alt	100%

(n = 38)

Vurderer du, at projektet indtil nu har levet op til de overordnede mål?

	Procent
I høj grad	19%
	51%
Delvist	27%
	3%
I ringe grad	0%
I alt	100%

(n = 37)

Er der formuleret konkrete succeskriterier for projektet?

	Procent
Ja	80%
Nej	20%
I alt	100%

(n = 40)

Er succeskriterierne blevet ændret eller tilpasset siden projektstart / projektbevilling?

	Procent
Ja	25%
Nej	75%
I alt	100%

(n = 32)

Vurderer du, at projektet indtil nu har levet op til succeskriterierne?

	Procent
I høj grad	13%
	34%
Delvist	53%
	0%
I ringe grad	0%
I alt	100%

(n = 32)

Hvilke målgrupper blandt svært overvægtige voksne er projektet målrettet til?

	Antal projekter
Uden for arbejdsmarkedet (n = 40)	24
Gravide/nybagte mødre (n = 40)	23
Særligt udsat erhvervsgruppe (fx ufaglært) (n = 40)	18
Anden etnisk baggrund end dansk (n = 40)	14

Er der foretaget ændringer i målgrupperne siden projektstart / projektbevilling?

	Procent
Ja	28%
Nej	73%
I alt	100%

(n = 40)

Hvor mange vægtstoppere forventes at blive inddraget i indsatsen i løbet af hele projektperioden?

	Procent
1 til 75 deltagere	36%
76 til 150 deltagere	29%
151 eller flere deltagere	31%
Uoplyst	5 %
Total	100%

(n = 42)

Hvor mange har på nuværende tidspunkt påbegyndt et vægtstopforløb?

	Procent
1 til 50 deltagere	31%
51 til 100 deltagere	33%
101 eller flere deltagere	24%
Uoplyst	12 %
Total	100%

(n = 42)

Hvor mange har på nuværende tidspunkt afsluttet et vægtstopforløb?

	Procent
0 deltagere	36%
1 til 10 deltagere	24%
11 eller flere deltagere	24%
Uoplyst	17 %
Total	100%

(n = 42)

Hvor mange er på nuværende tidspunkt faldet fra et vægtstopforløb?

	Procent
1 til 10 deltagere	26%
11 til 20 deltagere	31%
21 eller flere deltagere	21%
Uoplyst	21%
Total	100%

(n = 42)

Hvad oplever du som de primære årsager til frafald?

	Procent
Manglende motivation (n = 38)	68%
Følte sig "presset" ind i et vægtstopforløb (n = 38)	11%
Manglende opbakning fra familie og/eller venner (n = 38)	8%
Følte sig ikke tilpas i gruppen (n = 38)	16%
Ønskede et mere individuelt forløb (n = 38)	16%
Oplevede ikke, at der blev opnået resultater (fx manglende vægttab) (n = 38)	47%
Syntes "små skridt" gik for langsomt (n = 38)	37%
Havde svært ved selv at tage ansvar for sit forløb (n = 38)	50%
Psykelige eller sociale problemer (n = 38)	53%
Fødsel (gravide) (n = 38)	11%
Vægtstopperen havde for travlt til at deltage (n = 38)	37%
Vægtstopperen fraflyttede kommunen/regionen (n = 38)	18%
Andet, notér hvad (n = 38)	18%
Ved ikke (n = 38)	0%

Er der nogen målgrupper, det har været særligt vanskeligt at rekruttere?

	Ja	Nej	I alt
Udenfor arbejdsmarkedet (n = 24)	46%	54%	100%
Gravide/nybagte mødre (n = 20)	60%	40%	100%
Særligt udsatte erhvervsgrupper (fx ufaglærte) (n = 18)	33%	67%	100%
Anden etnisk baggrund end dansk (n = 16)	56%	44%	100%
Mænd (n = 25)	84%	16%	100%
Kvinder (n = 27)	4%	96%	100%
Personer under 30 år (n = 27)	44%	56%	100%
Personer fra 30 til 50 år (n = 25)	8%	92%	100%
Personer over 50 år (n = 21)	10%	90%	100%
Højtuddannede (n = 15)	20%	80%	100%
Lavtuddannede / ingen uddannelse (n = 25)	36%	64%	100%
Personer med helbredsproblemer/sygdom (n = 20)	30%	70%	100%
Andre – præciser venligst: (n = 4)	75%	25%	100%

Hvor mange er ansat på projektet?

	Procent
1 til 3 ansatte	38%
4 til 6 ansatte	29%
7 eller flere ansatte	26%
Uoplyst	7%
Total	100%

(n = 42)

Hvor mange mandetimer pr. uge er der på projektet?

	Procent
1 til 45 timer	36%
46 til 90 timer	36%
91 eller flere timer	21%
Uoplyst	7%
Total	100%

(n = 42)

Hvilke faggrupper er ansat på projektet?

	Ja	Nej	I alt
Ergo-/fysioterapeuter (n = 33)	48%	52%	100%
Jordemødre (n = 34)	38%	62%	100%
Diætister / BA i Humanernæring (n = 35)	74%	26%	100%
Coaches (n = 30)	10%	90%	100%
Sundhedsplejersker (n = 33)	39%	61%	100%
Social- og sundhedsassistenter (n = 31)	6%	94%	100%
Psykologer (n = 33)	21%	79%	100%
Andet, noter hvad (n = 32)	75%	25%	100%

Hvordan er projektmedarbejdernes arbejde organiseret?

	Ja	Nej	I alt
Medarbejderne arbejder individuelt (n = 36)	75%	25%	100%
Medarbejderne arbejder i teams indenfor deres faggruppe (n = 32)	31%	69%	100%
Medarbejderne arbejder i tværfaglige teams (n = 34)	68%	32%	100%
Andet – noter hvad (n = 19)	32%	68%	100%

Hvor mange projektmedarbejdere har gennemført vægtstoprådgiveruddannelsen?

	Procent
1 til 3 projektmedarbejdere	50%
4 til 6 projektmedarbejdere	29%
7 eller flere projektmedarbejdere	19%
Uoplyst	2%
Total	100%

(n = 42)

Hvilke interne og eksterne aktører samarbejder i med om projektet?

	Antal
Jobcentre	24
A-kasser	3
Integrationskonsulenter	8
Jordemødre	22
Fysioterapeuter	19
Sundhedsplejersker	23
Hjemmeplejen	15
Sprogskoler/sprogcentre	8
Foreninger	16
Private vægttabsudbydere	1
Diætister	16
Virksomheder	6
Andre samarbejdspartnere, notér hvilke	24

(n = 42)

I hvor høj grad oplever du, at samarbejdspartnere og andre relevante aktører i kommunen/regionen bakker op om vægtstopkonceptet?

	Fuldstændigt	I høj grad	Delvist	I ringe grad	Slet ikke	I alt
Kommunalbestyrelsen / regionsrådet (n = 24)	8%	46%	38%	8%	0%	100%
Din ledelse (n = 37)	57%	27%	16%	0%	0%	100%
Jobcentre (n = 23)	9%	22%	52%	13%	4%	100%
A-kasser (n = 5)	20%	20%	40%	0%	20%	100%
Integrationskonsulenter (n = 8)	38%	0%	50%	13%	0%	100%
Jordemødrene (n = 21)	14%	29%	33%	24%	0%	100%
Fysioterapeuterne (n = 15)	40%	53%	7%	0%	0%	100%
Sundhedsplejersker (n = 20)	35%	25%	35%	5%	0%	100%
Diætister (n = 14)	36%	29%	21%	14%	0%	100%
Hjemmeplejen (n = 13)	8%	46%	46%	0%	0%	100%
Sprogskoler/sprogcentre (n = 8)	13%	13%	50%	13%	13%	100%
Foreninger (n = 16)	13%	25%	56%	6%	0%	100%
Private væggtabsudbydere (n = 2)	0%	50%	0%	50%	0%	100%
Virksomheder (n = 6)	0%	33%	50%	17%	0%	100%
Andre samarbejdspartnere, noter hvilke (n = 13)	31%	31%	38%	0%	0%	100%

Planlægges det at vægtstoprådgiverordningen skal fortsætte efter projektperiodens udløb?

	Procent
Ja	89%
Nej	11%
I alt	100%

(n = 28)

Er der på nuværende tidspunkt givet tilsagn om bevilling til en fortsættelse af vægtstoprådgiverordningen?

	Procent
Ja	27%
Nej	73%
I alt	100%

(n = 37)

Vil der ske ændringer i vægtstoprådgiverordningens budget og bemanning, når projektperioden udløber?

	Udvides	Uændret	Nedskæres	I alt
Budget (n = 22)	0%	27%	73%	100%
Antal medarbejdere (n = 22)	14%	23%	64%	100%

Hvilke målgrupper vil den fremtidige ordning være målrettet til?

	Procent
Uden for arbejdsmarkedet (n = 38)	37%
Gravide/nybagte mødre (n = 38)	29%
Særligt udsat erhvervsgruppe (fx ufaglært) (n = 38)	37%
Anden etnisk baggrund end dansk (n = 38)	32%
Andet – hvad (n = 38)	58%

Er der formuleret overordnede mål for den fremtidige vægtstoprådgiverordning?

	Procent
Ja	17%
Nej	83%
I alt	100%

(n = 36)

Er der formuleret konkrete succeskriterier for den fremtidige vægtstoprådgiverordning?

	Procent
Ja	5%
Nej	95%
I alt	100%

(n = 37)

Projektlederens uddannelsesmæssige baggrund?

	Procent
Sygeplejerske	5%
Sundhedsplejerske	5%
Jordemoder	3%
Human ernæring	8%
Klinisk diætist	3%
Cand scient FSV	5%
Cand. scient / Cand. mag i Idræt	3%
Cand.psych.	3%
Andet – præciser venligst:	65%
I alt	100%

(n = 37)

Hvor mange timer pr. uge er projektlederen ansat på projektet?

	Procent
1 til 15 timer	57%
16 til 36 timer	12%
37 eller flere timer	17%
Uoplyst	14%
Total	100%

(n = 42)

Har du tidligere arbejdet med vægttab?

	Procent
Ja	68%
Nej	32%
I alt	100%

(n = 37)

Har du tidligere arbejdet med en eller flere af projektets målgrupper?

	Procent
Uden for arbejdsmarkedet (n = 38)	42%
Gravide/nybagte mødre (n = 38)	45%
Særligt udsat erhvervsgruppe (fx ufaglært) (n = 38)	37%
Anden etnisk baggrund end dansk (n = 38)	32%
Andet – hvad (n = 38)	29%

Har du projektledererfaring fra tidligere projekter?

	Procent
Ja	73%
Nej	27%
I alt	100%

(n = 37)