

Bedre behandling for barn og unge

De siste årene har norske myndigheter i stadig større grad fokusert på det manglende behandlingstilbudet til barn og unge med atferdsproblemer. Siden 1999 har Atferdssenteret i Oslo vært ansvarlig for utviklingen og implementeringen av ulike behandlingsmetoder med dokumentert effekt. Dette utgjør en viktig del av den nasjonale satsingen for å utvide og bedre behandlingstilbudet overfor denne gruppen. SPOR vil på de neste sidene presentere disse metodene.

Fakta → Atferdssenteret

- Atferdssenteret skal bidra til at barn og unge med alvorlige atferdsproblemer og deres familier får bistand som er forskningsbasert og individuelt tilpasset.
- Atferdssenterets virksomhet er finansiert av Barne- og likestillingsdepartementet, Utdanningsdirektoratet og Sosial- og helsedirektoratet.

→ Mer informasjon

- Mer informasjon om Atferdssenteret finner du på www.atferdssenteret.no



↑ **ENDRE ATFERD:** Målet er å endre barnas atferd gjennom de endringer i foreldreatferd og familierutiner som behandlingen skaper. En del av arbeidet dreier seg om å skape grunnleggende endringer i måten foreldrene uttrykker og håndterer sine reaksjoner og følelser på, forklarer fagdirektør Elisabeth Askeland ved Atferdssenteret. (Foto: Atferdssenteret)

Tekst: Carina Kaljord Kilde: atferdssenteret.no/pmto
Illustrasjonsfoto: Elisabeth Domben, Vårtun barnehage Larvik

For de yngste barna finnes programmene De Utrolige Årene som drives av RBUP – Regionsenter for Barn og Unges Psykiske helse – ved Universitetet i Tromsø, og PMTO – Parental Management Training, Oregon-modellen – i regi av Atferdssenteret. (SPOR omtalte de Utrolige Årene i nr. 2 2005).

PMTO ER EN BEHANDLINGSMETODE for barn i alderen 4–12 år med atferdsvansker. Metoden har vært evaluert gjennom kontrollerte effektstudier, og er karakterisert som en av de best dokumenterte behandlingsmetodene for barn og ungdom med atferdsvansker.

– Dette er et tilbud for de få, sier fagdirektør Elisabeth Askeland. – Barn med atferdsvansker kan i utgangspunktet være krevende og vanskelige å forholde seg til, og familien kan etter hvert utvikle en fastlåst samhandling som blir like negativ som barnet er. PMTO tar utgangspunkt i det en vet om fastlåste og skadelige samspillmønstre og forsøker å erstatte disse med samspillmønstre som fremmer samarbeid og positiv utvikling. Grunnantakelsen er at positive foreldreferdigheter kan bedre betingelsene for vekst og utvikling i en familie. Målet er å endre barnas atferd gjennom de endringer i foreldreatferd og familierutiner som behandlingen skaper. For å klare dette, trenger foreldrene å trenes i noen enkle og tydelig definerte foreldreferdigheter. En del av arbeidet dreier seg om å skape grunnleggende endringer i måten foreldrene uttrykker og håndterer sine reaksjoner og følelser på, forklarer Askeland. Hun anslår at siden oppstart i 1999 har ca. 2.000 familier fått hjelp gjennom PMTO-modellen.

PMTO-TERAPEUTENS OPPGAVE ER BÅDE Å lære foreldrene nye ferdigheter, og også å lede og støtte dem gjennom en krevende og utfordrende personlig endringsprosess. PMTO-terapeuten møter foreldrene gjennomsnittlig en gang i uken. Mellom hvert møte skal foreldrene arbeide med en definert hjemmeoppgave. Barna er involvert i behandlingen og blir aktivt underrettet om alle tiltak som vedrører dem. Foreldrene lærer at de kan øke sannsynligheten for at barna gjør som de blir bedt om gjennom å gi tydelige beskjeder på en vennlig måte, oppmuntre og forsterke barnet når det samarbeider. De kan formulere regler og grenser for samarbeidsnekt og ulydighet og følge disse opp med avtalte, milde sanksjoner dersom barnet ikke samarbeider. Temasekvensen skal lære foreldre å fremme prososial atferd hos barnet. For mange foreldre oppleves det som kunstig å være så systematiske og konsekvente i sin håndtering av barna, men det er nettopp slik foreldreatferd som barn med atferdsvansker trenger.

– Foreldrene lærer hvor viktig det er å reagere med ros, oppmuntring og håndfaste belønninger når barnet

gjør som det blir bedt om, eller skal utvikle nye ferdigheter. Selv om man som forelder opplever å ha et krevende barn, er det likevel de færreste familier som trenger PMTO. De fleste klarer å finne ut av dette ved egen hjelp, eller bare litt hjelp fra andre faginstanser eller deltakelse på kurs i foreldreveiledning arrangert i kommunen.

FOR Å NÅ BREDERE UT I FORELDREGRUPPEN har Atferdssenteret i samarbeid med Lørenskog kommune utviklet et tilbud som retter seg mot foreldre som opplever å ha krevende barn som de strever med å få til å samarbeide og som er vanskelige å sette grenser for: Tidlig innsats for barn i risiko – TIBIR.

– Det er ikke alltid lett å vite hvordan en skal håndtere barn som ikke hører på hva en sier, som trasser og som kanskje også snakker stygt, truer, slår, sparker eller biter. Alle barn kan oppføre seg slik, men hvis slik oppførsel blir et mønster som varer over tid, kan foreldre trenge noen å rådføre seg med. Lørenskog kommune har etablert tilbud for foreldre som har spørsmål om hvordan de skal håndtere et krevende barn eller bekymringer for sitt barns negative oppførsel, forteller Askeland.

TILTAKENE ER BASERT PÅ EN HELHETLIG MODELL som involverer både barnehager, skoler, skolefritidsordninger, helsestasjoner, skolehelsetjeneste og barnevern. Gjennom systematisk opplæring og kompetanseheving til ansatte i tjenester for barn og familier, er det bygget opp en rekke tiltak der foreldrene kan få hjelp til å styrke egen foreldrerolle og der det enkelte barn kan få hjelp til å utvikle sine sosiale ferdigheter. Tilbudene henvender seg til familier som har barn mellom 3 og 12 år.

Generell forebyggende informasjon om atferdsproblemer og om hvordan disse kan forebygges og håndteres blir gitt på helsestasjoner, barnevernskontoret og på pedagogisk-psykologisk kontor.

Rådgivning til foreldre: Dette tilbudet er etablert på helsestasjonene og i barnevernet. Rådgivningen tar sikte på å hjelpe familien på et så tidlig tidspunkt som mulig. Etter først å ha kartlagt problemenes omfang og vurdert hvordan disse kan avhjelpest, gis kortvarig rådgivning til foreldre med barn med mindre atferdsproblemer. Det kan også være aktuelt å bistå barnehage eller skole i gjennomføring av tiltak for å forebygge eller redusere atferdsproblemer.

Terapeutisk oppfølging av familier: Dersom en familie har behov for omfattende hjelp, kan kommunen tilby behandling. Behandlingen tar sikte på å styrke et positivt spill mellom barn og foreldre. Det blir lagt vekt



VIKTIG FOR BARN: Ros, oppmuntring og håndfaste belønninger er viktig for alle barn – og er sentralt i PMTO. Dette illustrasjonsbildet er fra Vårtun barnehage i Larvik.

på å skape en trygg og konstruktiv atmosfære i hjemmet slik at atferdsproblemer etterhvert avverges. I stedet for at barnet har direkte kontakt med helsevesenet, samarbeider PMTO-terapeutene med foreldre. Terapeutene veileder foreldrene til å snu et negativt mønster til en bedre tilværelse for hele familien. Foreldre blir trent i å takle hverdagens konflikter og hjulpet til å skape positive samhandlingsmønstre.

Kommunens PMTO-terapeuter gir også et gruppetilbud til foreldre. Dette er kurs for foreldre som er bekymret for barnas oppførsel. Gruppetilbudet blir gitt til faste tider gjennom året. I Lørenskog kommune er det PMTO-terapeuter i helsetjenesten, PPK og i barneverntjenesten. Foreldre som ønsker å delta i et gruppetilbud eller har behov for mer omfattende hjelp kan henvende seg til helsestasjonen, barnevernskontoret eller PPK.

Sosial ferdighetstrening: Barn med atferdsproblemer har ofte behov for – og stor nytte av – å trene på positive sosiale ferdigheter. Dette kan være ferdigheter som for eksempel å vente på tur i leken, kontrollere følelser og aggresjon. Det er ikke nok for barna bare å vite hva de bør gjøre, det må innøves på linje med andre ferdigheter. Ved skoler og barnehager er det medarbeidere som kan kartlegge barnets sosiale fungering, gi det

enkelte barn trening i manglende sosiale ferdigheter, samt følge med barna på sosiale arenaer som skole og fritid for å støtte bruken av de nye ferdighetene. Forskning har vist at denne type tiltak har størst effekt når foreldrene samtidig får trening i sin oppdragerolle sammen med en terapeut eller rådgiver. Tilbudet blir derfor ofte gitt i samarbeid med en PMTO-terapeut, rådgiver eller en konsulent fra PPK.

MED PILOTSTUDIEN I LØRENSKOG I 2004 er det første gang en slik helhetlig tiltaksmodell innen PMTO ble innført i en kommune. Erfaringene fra Lørenskog kommune har bidratt til å utvikle en forebyggingsmodell som nå er i ferd med å tilpasses over 40 andre kommuner i Norge. Atferdssenteret har gjennomført en pilotstudie med lovende resultater i Lørenskog. I tillegg er de i disse dager i ferd med å gjennomføre effektstudier av de ulike intervensjonene i forebyggingsmodellen.

Atferdssenteret har det faglige ansvaret for implementeringen av forebyggingsmodellen TIBIR, mens skole- og oppveksttjenesten har det koordinerende ansvaret internt i kommunene.

Fakta → PMTO

- PMTO (Parent Management Training – Oregon) er en behandlingsmetode for barn med atferdsvansker.
- Tar utgangspunkt i fastlåste og skadelige samspillmønstre i familier med barn med atferdsvansker for å erstatte disse med samspillmønstre som fremmer samarbeid og positiv utvikling.
- Les mer om PMTO på: www.atferdssenteret.no

Fakta → De utrolige årene

- Carolyn Webster-Stratton's «De utrolige årene» (DUÅ) er et tiltak for forebygging og behandling av atferdsproblemer hos barn i alderen 3 til 8 år.
- Forskning viser at ca. 2/3 av barna får betydelig reduserte atferdsproblemer etter behandling. Foreldrenes oppdragsmetoder blir mer positive, stressnivået i familiene går ned og relasjonen mellom foreldrene og barnet blir mer positiv.
- Les mer om De utrolige årene på: www.deutroligearene.no