



Utvecklings- och fältforskningsenheten
Umeå socialtjänst

Kartläggning av föräldrastödsprogram

– som rekommenderas av statens folkhälsoinstitut



Camilla Nilsson
Januari 2010

Innehållsförteckning

Inledning	2
Kartläggning av föräldrastödsprogram	4
Spädbarnsåldern	4
Vägledande samspel	4
Från första början	5
Förskole- och skolåldern	6
Active Parenting	6
COPE	7
De otroliga åren	9
Familjeverkstan	10
Föräldrakraft	11
Komet	12
Marte Meo	14
Nya Steg	16
Örebro preventionsprogram	18
Referenser	19

Inledning

I det inledande kapitlet presenteras statens folkhälsoinstituts rekommendationer över vilken sorts föräldrastödsprogram som är lämpliga i olika åldrar. FHIs rekommendationer grundas på det samlade vetenskapliga stöd som finns för en särskild metod, främst i form av utländska kontrollerade studier.¹ Även i Sverige och Norge har utvärderingar av vissa program gjorts med goda resultat. Programmen som FHI rekommenderar ligger i linje med barnkonventionens grundprinciper om barnens bästa. Vidare har utvärderingarna av de rekommenderade föräldrastödsprogrammen visat att föräldrarnas deltagande i programmen var till nytta för barnen.²

*En trygg anknytning mellan spädbarn och föräldrar är en skyddsfaktor för barn och motverkar ohälsa senare i livet.*³ Sannolikheten för att ett spädbarn ska utveckla en trygg anknytning till föräldrarna ökar om samspelet mellan spädbarnet och föräldrarna har varit tillfredställande. Ett tillfredsställande samspel innebär att föräldrarna uppfattar barnets signaler, tolkar dem rätt och reagerar adekvat på dem.⁴ När en individ har utvecklat en trygg anknytning under spädbarnstiden fortsätter vanligtvis den personen att vara trygg. Barn som i 2-3 års ålder ansågs vara tryggt anknutna var mer sociala, uppmärksamma och hade lättare att engagera sig i interaktioner med andra barn jämfört med barn som hade en otrygg anknytning.⁵ En systematisk översikt som Bakermans-Kranenburg (2003) har utfört visar på betydande möjligheter att förebygga otrygg anknytning främst genom att öka föräldrarnas förmåga att tolka spädbarnens signaler. Det finns således vetenskapligt stöd för att föräldrastödsinsatser kan förebygga otrygg anknytning. Under spädbarnstiden rekommenderas därför användning av metoder som främjar en trygg anknytning hos spädbarnet. I Sverige finns det två förebyggande program som bygger på de principer som anges i Bakermans-Kranenburgs systematiska översikt, dessa program är: *Vägledande samspel* och *Från första början*.⁶

När barnen är i förskoleåldern och i de tidiga skolåren (2-9 år) förordas användning av *samspelsprogram*. Tre centrala moment är gemensamma i programmen: främjandet av positiv uppmärksamhet på barnet, klar kommunikation och genomtänkta sätt att bemöta barnet när konflikter uppstår. De flesta samspelsprogrammen bygger på den forskning som George Patterson och hans medarbetare bedrev under 1960-talet vid Oregon Social Learning Center i USA. Forskargruppen visade tidigt att negativt samspel mellan föräldrar och barn kan leda till utveckling eller förstärkning av beteendeproblem hos barnen.⁷ Merparten av föräldrastödsprogrammen omfattar 8-12 träffar. Programmen innehåller videovinjetter, rollspel, skriftligt material och hemuppgifter.⁸

¹ <http://www.fhi.se/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Foraldrastod/> 2009-08-28

² http://www.regionhalland.se/dynamaster/file_archive/090616/86f7073c409846403b3f0b3737daad13/Foraldrastod_srapport%20pdf.pdf 2009-12-14

³ SOU 2008:131, sid. 103

⁴ <http://www.fhi.se/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Foraldrastod---spadbarnstid-/> 2009-09-10

⁵ <http://www.fhi.se/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Anknytning-spadbarn/> 2009-09-10

⁶ <http://www.fhi.se/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Foraldrastod---spadbarnstid-/> 2009-09-10

⁷ Bremberg, 2004

⁸ SOU 2008:131

Det finns evidens för att samspelsprogram som används i föräldragrupper ger effekt. Effekter har registrerats både på föräldrars och på barns beteenden. De påvisade effekterna hos barnen gällde i första hand utagerande beteendeproblem. Resultaten tyder på att ADHD till viss del går att förebygga med hjälp av samspelsprogram. Vidare kan ett positivt samspel mellan föräldrar och barn förebygga kriminalitet, alkohol- och drogmissbruk under tonåren. Gynnsamma effekter har även påvisats för inåtvända psykiska problem. Dessutom finns det teoretisk grund för att anta att effekten av programmen är bestående. Föräldrarnas och barnens beteenden interagerar med varandra. Om barnen beter sig som föräldrarna vill blir det lättare för föräldrarna att ge barnen positiv uppmärksamhet. Det i sin tur förstärker barnens tendens att bete sig som föräldrarna önskar. Det finns studier som visar att sådana positiva cirklar utvecklades sedan föräldrarna hade deltagit i samspelsprogram. De flesta studerade samspelsinsatserna har utvärderats i USA och riktats till föräldrar med barn som har högre risk för beteendeproblem än vad som är genomsnittligt i Sverige. Detta förhållande bidrar till att effekten av samspelsprogrammen kan förväntas bli mindre när de erbjuds generellt till alla familjer i Sverige.⁹

Under skolåren (10-15 år) förespråkas *kommunikationsprogram* som i första hand syftar till att minska risken för att ungdomarna ska börja använda tobak, alkohol, droger och begå brott.¹⁰ Vanligtvis är programmen inriktade på att föräldrar och ungdomar ska komma överens om normer och regler som ungdomarna ska följa. Programmen innehåller delar som syftar till att främja ett positivt samspel och förtroende mellan föräldrar och ungdomar. Vidare behandlar programmen konflikthantering. I de flesta studier som har gjorts över kommunikationsprogram har föräldraprogrammet kombinerats med en parallell insats för ungdomarna. I dessa utvärderingar går det inte att avgöra om det är insatsen för ungdomarna eller insatsen för föräldrarna som har gett effekt.¹¹ Utvärderingarna av kommunikationsprogrammen påvisade främst en minskning av alkoholbruk och droganvändning bland ungdomarna.¹²

I det följande kapitlet beskrivs ursprung, teoretisk grund, syfte och kursupplägg för de 11 föräldrastödsprogram som FHI rekommenderar. Rekommendationerna grundas på tillförlitliga utvärderingar som har visat att programmen har goda effekter på föräldraförmåga och barns beteende. Föräldrastödsprogrammet Steg-för-Steg redovisas också fastän detta program inte är rekommenderat av FHI eftersom inte effekt av programmet har påvisats. Beskrivningen av Steg-för-Steg görs i syfte att ge en bakgrund till föräldrastödsprogrammet Nya Steg. I avsnittet om Nya steg nämns även föräldrastödsprogrammet FöräldraStegen.

⁹ Bremberg, 2004

¹⁰ SOU 2008:131

¹¹ Bremberg, 2004

¹² <http://www.fhi.se/sv/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Foraldrastod---skolalder-10-15-ar-/> 2009-09-10

Kartläggning av föräldrastödsprogram

Spädbarnsåldern

Vägledande samspel

Vägledande samspel är ett hälsofrämjande basprogram anpassat för barn i alla åldrar. Programmet utarbetades i Norge av professor Karsten Hundeide och Henning Rye vid Oslos universitet. Den teoretiska basen för Vägledande samspel är utvecklingspsykologi och teorier om samspel och lärande. Det ursprungliga syftet var att ge stöd och vägledning till föräldrar i deras samspel med sina barn.¹³ I Vägledande samspeletsgrupper söker och utgår man från föräldrarnas resurser. Hela programmet genomsyras av att öka föräldrarnas lyhördhet för barnen.¹⁴ Åtta samspelsteman ingår i utbildningen. Ämnena utgår från forskning om samspelets möjligheter och den känslomässiga kommunikationens betydelse för den sociala och kognitiva utvecklingen.¹⁵ Med hjälp av de åtta samspelsteman utvecklas de vuxnas lyhördhet och känslighet för barnens behov.¹⁶

Inom Vägledande samspel beskrivs tre typer av dialoger som är avgörande för barnens emotionella och kognitiva utveckling. Dessa dialoger är: den emotionella, den stödjande och utvidgande och den reglerande. Den *emotionella dialogen* är grundläggande för hela barnens utveckling. De väsentligaste dragen i den emotionella dialogen är att de vuxna visar barnen positiva känslor och glädje i deras samspel med barnen. De mindre barnen behöver också få fysisk kontakt för att bli bekräftat. Detta kräver att de vuxna är lyhörda och uppmärksamma på barnens behov. För de flesta föräldrar sker detta spontant och utan att föräldern tänker på det. Den emotionella dialogens karaktär är avgörande för all annan dialog. Den *stödjande och utvidgande dialogen* handlar om att de vuxna stödjer och vägleder barnen i deras försök att skapa mening i vardagsupplevelser och förståelse för svåra situationer. Denna dialog är avgörande för barnens sociala, språkliga och kognitiva utveckling. Den *reglerande dialogen* handlar om att de vuxna hjälper och stödjer barnen att utöva självkontroll och att hjälpa barnen att steg för steg lösa utmanande uppgifter.¹⁷

Vägledande samspel har använts i Sverige sedan år 2000.¹⁸ Metoden används inom barnhälsovården i flera delar av landet. Programmet finns i ett flertal länder och går generellt under beteckningen ICDP som är en förkortning av International Child Development Programme.¹⁹

¹³ <http://www.icdp.se/114.aspx> 2009-09-10

¹⁴ Edenhammar, 2006

¹⁵ Bremberg, 2004

¹⁶ <http://www.icdp.se/commonfiles/files/142.pdf> 2009-12-14

¹⁷ <http://www.icdp.se/commonfiles/files/146.pdf> 2009-12-14

¹⁸ Bremberg, 2004

¹⁹ <http://www.fhi.se/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Foraldrastod---spadbarnstid/> 2009-09-10

Under utbildningstillfällena visas filmsekvenser om samspelssituationer. Utifrån filmerna diskuterar föräldrarna²⁰ sina egna erfarenheter av samspel med barn. Målet är att göra deltagarna medvetna om betydelsen av ett lyhört, stödjande och empatiskt förhållningssätt.²¹

Det finns två kontrollerade utvärderingar gjorda i Norge. I dessa studier påvisades effekter på föräldrarnas känslighet för barnens signaler. Förekomsten av trygg anknytning behandlades inte i dessa studier.²² Med tanke på att trygg anknytning mellan spädbarn och föräldrar är en skyddsfaktor hade det varit relevant att undersöka om Vägledande samspel har effekter på trygg anknytning.

Från första början

Från första början är ett manualbaserat föräldragrupsprogram för föräldrar med spädbarn. Programmet utarbetades i Kanada av Alison Niccols. Den kanadensiska förlagan till Från första början heter Right From the Start. Linköpings kommun har tagit fram en svensk manual och filmsekvenser till utbildningarna. Sedan år 2003 har Från första början använts i Sverige.

Från första början är ett videobaserat program och innefattar åtta möten som bland annat behandlar anknytning, lämpliga förhållningssätt och hur barns och föräldrars olika temperament påverkar samspelet.²³ Barns signaler och relationen mellan barn och föräldrar behandlas också under kursens gång.²⁴ Syftet är att hjälpa föräldrar att förstå, tolka och besvara sitt barns signaler. Vidare är avsikten att stärka relationen mellan barn och föräldrar. Ändamålet är också att stärka föräldrarna i sin föräldraroll.²⁵

Det finns en kontrollerad randomiserad studie av programmet i Kanada som genomfördes år 2000 av Niccols. Utvärderingen baserades på föräldrar till barn som var försenad i utvecklingen. I denna studie påvisades tydliga effekter på förekomst av trygg anknytning.²⁶

²⁰ Bremberg, 2004

²¹ <http://www.icdp.se/138.aspx> 2009-12-16

²² Bremberg, 2004

²³ http://www.fhi.se/Documents/Vart-uppdrag/BoU/Uppslagsverket/050601_Thunstrom_2005.pdf 2009-09-17

²⁴ Bremberg, 2004

²⁵ http://www.ltv.se/LTVTemplates4/LTV_Page_38868.aspx 2009-11-10

²⁶ http://www.fhi.se/Documents/Vart-uppdrag/BoU/Uppslagsverket/050601_Thunstrom_2005.pdf 2009-09-17

Förskole- och skolåldern

Active Parenting

Active Parenting är en föräldrautbildning som har sina rötter i USA. Den grundades på 1980-talet av barn- och familjeterapeuten Michael H Popkin. Popkin var först i världen med att skapa video- och diskussionsbaserade föräldrautbildningsprogram.²⁷ Den teoretiska basen för Active Parenting utgörs framför allt av teorier från individualpsykologin (Alfred Adler och Rudolf Dreikurs), teorier från humanismen (Carl Rogers) och teorier om demokratiskt och samarbetande ledarskap (Thomas Gordon).²⁸ Berne och Jones (2006) skriver att Adler (1935) bland annat betonade utvecklandet av individens självkänsla, självförtroende, samarbetsförmåga, mod och ansvar. Dessa fem utvecklingsområden är centrala teman i Active Parenting. Förutom detta är målet att göra deltagarna medvetna om vilken föräldrastil de har. Inom Active Parenting finns tre huvudkategorier av föräldrastilar; den auktoritära, den eftergivna och den auktoritativa. Den auktoritativa stilen kallas också den aktiva föräldrastilen och är den föräldrastil som Active Parenting förespråkar. Auktoritativa föräldrar använder sig av logiska konsekvenser och uppmuntran.²⁹

Föräldrautbildningens centrala mål är att förstärka föräldrarnas ansvar. Tanken är att föräldrar som agerar med självförtroende och tydlighet också klarar av att hantera de utmaningar som föräldraskapet utgör.³⁰ Förhållningssättet inom Active Parenting handlar framför allt om att föräldrarna ska ta hänsyn till barnens behov och att bygga upp barnens inre kraft och karaktärsegenskaper samtidigt som föräldrarna visar respekt för sina egna behov. Syftet med Active Parenting är inte att korrigera barnens beteende utan att öka medvetenheten hos föräldrarna. I föräldragrupperna förs dialog om vilka egenskaper och färdigheter som skapar starka och nära relationer. Kursledarna talar inte om vad som är rätt eller fel utan hjälper deltagarna att titta på konsekvenser av olika handlingsmönster. På kursen får föräldrarna också förståelse och kunskap om barns beteende. Vidare får de lära sig att undvika användning av belönings- och bestraffningssystem.³¹

Active Parenting introducerades i Sverige 1995 av Agnetha Birgersson och de första föräldrautbildningarna på svenska hölls 1997. Agnetha är utbildad av Michael H Popkin och är ansvarig för Active Parenting's föräldrautbildningar i Sverige.

Active Parenting ger för närvarande tre olika slags föräldrautbildningar i Sverige:

- *Aktiva småbarnsföräldrar* för föräldrar med barn i åldrarna 9 månader till 4 år
- *Aktivt föräldraskap idag 2-12 år*
- *Aktivt föräldraskap idag för tonårsföräldrar*³²

²⁷ Berne och Jones, 2006

²⁸ <http://www.activeparenting.se/om.html>, 2009-04-17

²⁹ Berne och Jones, 2006

³⁰ Ibid.

³¹ http://www.activeparenting.se/foraldrakurser/Vad_skiljer_AP_fran_andra_foraldrakurser.pdf 2009-04-22

³² Bremberg, 2004

Under utbildningstillfällena träffas föräldragrupperna med en utbildningsledare 6-12 gånger. När gruppen träffas visas amerikanska videovinjetter som belyser olika vardagssituationer som föräldrarna kan känna igen sig i. Videovinjetterna syftar till att träna föräldrarna att tolka barnens behov och känslor. Genom rollövningar, diskussioner, gruppaktiviteter och hemuppgifter får föräldrarna lära sig att se föräldrarollen utifrån ett ledarperspektiv.³³

De amerikanska förlagorna av Aktivt föräldraskap har utvärderats och modifierats sedan 1983. Preliminära resultat från en studie med kontrollgrupp tyder på att föräldrarna upplevde mindre beteendeproblem hos barnen efter genomgången föräldrautbildning.³⁴ I Berne och Jones (2006) utvärdering ingick 76 föräldrar som deltog i Aktivt föräldraskap i dag 2-12 år och en kontrollgrupp med 41 föräldrar som stod i kö för att delta i föräldrautbildningen. Både före- och eftermätningar gjordes. Resultaten av utvärderingen visade att föräldrautbildningen hade effekt på föräldrarnas hantering av vardagsproblematik med sina barn. Deltagarnas föräldrastil förändrades däremot inte som en konsekvens av genomgången föräldrautbildning. Föräldrarna upplevde inte heller någon form av förändring kring barnets självständighetsutveckling.³⁵

COPE

COPE (The Community Parent Education Program) är ett manualbaserat föräldrautbildningsprogram som grundades av den kanadensiske professorn Charles Cunningham vid McMaster's Children's Hospital i Hamilton, Ontario. Ursprungligen utarbetades COPE för föräldrar som hade barn med utagerande beteenden.³⁶ Den svenska COPE-föreningen menar att COPE med fördel kan erbjudas till alla föräldrar och är lämpligt att använda i förebyggande arbete. Programmet riktar sig till föräldrar med barn i åldrarna 3 -12 år som upplever behov av stöd i sitt föräldraskap. Programmet har även en tonårsversion som utarbetades 2003.³⁷ Barn- och ungdomspsykiatriska kliniken i Malmö har tagit fram en svensk manual och videovinjetter till utbildningarna i COPE. De första föräldrautbildningarna i Sverige hölls år 2000.³⁸

Syftet med COPE är att ge föräldrar verktyg att förstå och hantera sitt barns beteende. Målsättningen är också att stärka föräldrarna i sitt föräldraskap, förbättra samspelet i familjen och skapa stödjande nätverk. På kursen får föräldrarna lära sig olika strategier, bland annat om hur de medvetet kan uppmuntra och berömma barn för att bryta negativa cirklar i samspelet och för att barnen ska bli mer följsamma. Föräldrarna får också arbeta med hur de kan fördela uppmärksamheten mellan syskon. Problemlösningstrategier och belöningsystem ingår också. Den teoretiska basen för COPE utgörs av inlärningspsykologi, social inlärningsteori, kognitiv attributionsteori, systematisk familjeteori och teorier om storgruppsprocesser.³⁹

³³ Berne och Jones, 2006

³⁴ http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_9995.aspx 2009-10-26

³⁵ Berne och Jones, 2006

³⁶ http://www.svenskacope.se/index.php?option=com_content&view=article&id=66&Itemid=88 2009-05-14

³⁷ http://www.svenskacope.se/index.php?option=com_content&view=article&id=96&Itemid=51 2009-10-19

³⁸ Bremberg, 2004

³⁹ http://www.svenskacope.se/index.php?option=com_content&view=article&id=66&Itemid=88 2009-05-14

En kurs i COPE omfattar normalt 10 gruppträffar. När gruppen träffas visas videosekvenser där deltagarna får se en förälder som begår olika fel i bemötandet av sitt barn. Utifrån dessa scener får föräldrarna diskutera sig fram till ett lämpligare förhållningssätt. Därefter demonstrerar gruppledaren den förslagna strategin. Föräldrarna arbetar sedan i smågrupper med att hitta andra situationer där de kan använda den förslagna strategin. Sedan får föräldrarna träna på strategin tillsammans med en annan förälder. Hemläxor ingår också i kursen. Vid varje kurstillfälle följs det upp hur det har gått att praktisera hemläxan.⁴⁰

Det finns två effektutvärderingar av COPE, enligt Socialstyrelsen, en kanadensisk utvärdering av Cunningham, Bremner och Boyle (1995) och en svensk av Thorell och Hellström (2006). (Resultaten av dessa utvärderingar finns sammanfattade nedan). Socialstyrelsens bedömning av både den kanadensiska och den svenska effektutvärderingen är att de har låg tillförlitlighet. Det innebär att effekten av föräldraträningens programmet COPE inte går att bedöma.⁴¹ Cunningham's et al. utvärdering baserades på 450 fyraåringar som uppvisade utagerande beteende. Barnen delades slumpvis in i tre grupper. En grupp fick delta i COPE's föräldrautbildning. Den andra gruppen fick individuell barnpsykiatrisk behandling och en kontrollgrupp fick stå på väntelista för behandling. Resultaten för de som hade gått COPE's föräldrautbildning visade bland annat på förbättrad problemlösningsförmåga och minskad uppfostringsproblematik. De positiva effekterna kvarstod i större utsträckning över tid för deltagarna som genomgått föräldrautbildningen än för de två andra grupperna. I den utvärderingen jämfördes också kostnaderna för COPE's föräldrautbildning med kliniskbaserad behandling för enskilda familjer. Kurserna i COPE visade sig vara mer än sex gånger så kostnadseffektiva som de individuella kliniskbaserade behandlingarna.⁴² Thorell och Hellström utvärderade COPE's föräldrakurser i Uppsala län och Tyresö kommun. I utvärderingen konstaterades att deltagarna var positiva till föräldrautbildningen. Andra resultat var att föräldrautbildningen visade effekter både vad gällde barnens utagerande problembeteende, föräldrarnas uppfattning av kontroll i föräldraskapet och deras förmåga att hantera barnen. Vidare upplevde föräldrarna att deras stressnivå hade blivit lägre.⁴³

Det finns också ett antal svenska uppsatser och rapporter om COPE. Belin (2006) sammanfattar resultaten från ett antal av dessa undersökningar. Resultaten från Granqvist och Lindgrens (2006) uppsats var bland annat att föräldrarna hade blivit mer medvetna om betydelsen av sitt eget agerande gentemot barnen. Flera av föräldrarna såg även en ökning av kommunikationen med sin partner och att föräldrarna mer än tidigare delade på uppfostringsansvaret över barnen. Belin sammanfattar också Hanssons (2004) uppsats. Resultaten av den uppsatsen var bland annat att föräldrarna hade blivit mer uppmärksamma på barnens goda beteende och berömde dem mer än tidigare. Andra effekter av föräldrautbildningen var att föräldrarnas samarbete hade ökat och kommunikationen i familjen hade förbättrats. Belin sammanfattar också resultaten från Carlsson och Thunströms (2002) rapport om erfarenheterna från ett förebyggande samverkansprojekt i Linköping. Erfarenheterna från projektet var att föräldrarna upplevde en ökad känsla av kontroll i föräldraskapet och en positiv beteendeförändring hos barnen. Resultaten av Belins egen uppsats var att både föräldrar och lärare på de flesta områden upplevde att barnens beteende och allmänna sätt att vara hade förbättrats efter

⁴⁰ Ibid.

⁴¹ <http://www.socialstyrelsen.se/evidensbaseradpraktik/insatser/barnochfamilj/cope> 2009-11-11

⁴² Belin, 2006

⁴³ Thorell och Hellström, 2006

genomgången föräldrautbildning.⁴⁴ Uppföljningen av Falu kommuns föräldrakurser i COPE visade också på positiva effekter. Föräldrarna upplevde bland annat att de hade blivit säkrare i sin föräldraroll och att barnen hade förändrats till det bättre. Klimatet i familjen som helhet upplevdes också ha blivit bättre.⁴⁵

De otroliga åren

De otroliga åren är ett manualbaserat föräldraträningsprogram som har utarbetats av psykologen Carolyn Webster-Stratton vid University of Washington i Seattle. Den amerikanska förlagan till De otroliga åren heter The Incredible years. Ursprungligen utvecklades programmet för barn mellan 2-8 år. Idag finns även en version för skolbarn mellan 7-12 år. Målgruppen är föräldrar till barn med trotsyndrom och uppförandestörning. Programmet kan även användas förebyggande. De otroliga åren har tillämpats i USA, Storbritannien, Norge och Nya Zeeland. År 2002 introducerades De otroliga åren i Sverige.⁴⁶

Syftet med De otroliga åren är att minska barnens negativa och trotsiga beteenden. Vidare är avsikten att öka föräldrarnas positiva uppfostringsstrategier och utöka deras samarbete med skolan. Ändamålet är också att öka barnens sociala kompetens och deras kontakter med positiva jämnåriga.⁴⁷ Den teoretiska basen för programmet är kognitiva och psykodynamiska teorier.⁴⁸ Programmet baseras på videovinjetter, rollspel och hemuppgifter.⁴⁹

Det finns tre programenheter i The Incredible years föräldraträningsprogram.⁵⁰ I Sverige används basprogrammet.⁵¹ Det programmet syftar till att förmedla basfärdigheter i föräldraskapet.⁵² Basprogrammet har översatts till svenska och de delar i programmet som inte överensstämde med det svenska skol-, kultur- och samhällskontexterna förändrades för att bättre passa de svenska språk- och vardagssituationerna.⁵³

Det första temat i basprogrammet är *lek*. Tanken är att föräldrarna ska bygga upp ett positivt samspel med barnet genom leken. Föräldrarna får lära sig att låta barnen styra och ta initiativ i leken. De tränas också på att uppmärksamma och uppmuntra barnet i leken. Syftet med leken är att stärka barnens självförtroende, fantasi och problemlösningsförmåga. I det andra temat får föräldrarna lära sig att *berömma och belöna* barnen. Syftet med det är att bygga upp barnens självförtroende och självkänsla. Det tredje temat är *effektiv gränssättning och ignorering*. Föräldrarna får öva sig att vara konsekventa med gränssättningen och ge specifika men få tillsägelser. Vidare får föräldrarna lära sig åldersadekvat gränssättning. Ignorering tillämpas istället för tillsägelser till exempel när barnet gnäller eller svär. Tanken är att barnet kommer att sluta med det negativa beteendet när det inte ger

⁴⁴ Belin, 2006

⁴⁵ Josefsson, Ljungberg och Ström, 2009

⁴⁶ Stiernborg, 2008

⁴⁷ Liljeberg, 2006

⁴⁸ Bornholm, 2006

⁴⁹ Stiernborg, 2008

⁵⁰ Ibid.

⁵¹ Olsén, 2008

⁵² Stiernborg, 2008

⁵³ Olsén, 2008

utdelning. Det fjärde temat handlar om att *bemöta oönskat beteende*. Kursledarna presenterar olika övningar för att undvika stress och frustration i problemsituationer. Vidare får föräldrarna diskutera logiska konsekvenser och huruvida konsekvenserna är lämpliga med tanke på barnens ålder och beteende. Föräldrarna får också råd om hur de kan stödja sina barn i problemlösning, känslöhantering och sociala färdigheter.⁵⁴

De otroliga åren har utvärderats i USA, Kanada, Storbritannien och Norge. Det finns bland annat sex randomiserade studier av programmet.⁵⁵ Dessa studier visar på statistiskt signifikanta effekter i form av minskade beteendeproblem hos barnen i deras interaktion med föräldrarna. Barnen hade också blivit mer tillmötesgående gentemot föräldrarnas tillsägelser. Föräldrarna i sin tur hade blivit bättre på att berömma barnen och hade minskat kritiken och tillsägelseerna. Vidare hade föräldrarna blivit mer effektiva i sin gränssättning. Föräldrarepression hade också minskat och föräldrarnas säkerhet i föräldrarollen hade ökat.⁵⁶ När De otroliga åren introducerades i Sverige togs det beslut om att metoden skulle utvärderas. Det som skulle utvärderas var hur föräldrastödsprogrammet fungerar när den används inom barn- och ungdomspsykiatri och socialtjänstens verksamheter. Axberg, Hansson och Broberg (2007) blev tilldelade utvärderingsuppdraget. Det var 113 föräldrar som ingick i studien. Resultatet visade såväl statistisk signifikant minskning av barnens uppförandeproblem som en signifikant förbättring av hur föräldrarna beskrev att de själva mårde. Under 2008 genomförde Broberg och Axberg en randomiserad kontrollerad studie. I studien ingick 56 föräldrar vars barn var i fyra till åtta års ålder och uppvisade trotssyndrom eller uppförandestörning. Föräldrarna delades upp i två grupper, en grupp fick delta i föräldraträningsprogrammet och den andra fick stå på väntelista. Utvärderarna genomförde både före- och eftermätningar. Resultaten visade att beteendeproblemen hos barnen i interventionsgruppen hade reducerats kraftigt. Denna förändring höll i sig vid ettårsuppföljningen. Vidare hade barnens psykiska hälsa förbättrats måttligt både i interventionsgruppen och väntelistgruppen.⁵⁷ Olsén (2008) har i sin C-uppsats undersökt om De otroliga åren kan få långvariga effekter för föräldrar och barn. De tio föräldrar som ingick i studien beskrev ett förändrat förhållningssätt till föräldrarollen. Andra resultat var att de flesta föräldrars och barns beteende hade förändrats till det bättre. Effekterna av utbildningen kvarstod i de flesta familjerna 1-1½ år efter avslutad kurs. Samtliga föräldrar ansåg att de hade haft nytta av programmets metoder i sin vardag och de flesta av föräldrarna använde fortfarande metoderna.⁵⁸

Familjeverkstan

Familjeverkstan utvecklades av Preventionscentrum i Stockholm. Materialet finansierades av FHI och Socialdepartementet. Under vintern 2007 började Familjeverkstan att användas.⁵⁹ Metoden utvecklades för att nå alla föräldrar med barn i åldern 3-12 år. Programmet är DVD-baserat och avsett för studiecirkel.⁶⁰ Filmsekvenserna skildrar vardagliga situationer i familjelivet. De teman som filmerna behandlar är: umgänge, att behandla söner och döttrar jämställt, rutiner, positiv

⁵⁴Olsén, 2008

⁵⁵Stiernborg, 2008

⁵⁶Olsson, 2002

⁵⁷Broberg och Axberg, 2008

⁵⁸Olsén, 2008

⁵⁹Sarkadi, 2008

⁶⁰SOU 2008:131

kommunikation, tjt och ansvar, belöningar, gränser och dubbla budskap. Varje film är tänkt att fungera som underlag för diskussion utan att ge färdiga svar. Syftet med programmet är att föräldrarna ska få reflektera över sitt eget beteende och pröva nya vägar. Mellan träffarna får föräldrarna hemuppgifter med praktiska övningar. Effekten av Familjeverkstan är inte utvärderad ännu. Trots detta rekommenderar FHI metoden. Deras ställningstagande grundar sig på att Familjeverkstan bygger på samma psykologiska och pedagogiska principer som de program för föräldrar med barn i åldern 2-9 år som redan har utvärderats. Vidare inriktar sig programmet på positivt samspel mellan barn och föräldrar och det har i tidigare utvärderingar visat sig ge goda effekter.⁶¹

Föräldrakraft

Föräldrakraft är ett manualbaserat föräldragrupsprogram.⁶² Programmet bygger på den amerikanska förlagan Iowa Strengthening Families Program.⁶³ Det svenska programmet utvecklades av Birgitta Kimber vid Örebro universitet. Utvecklingsarbetet finansierades av Socialdepartementet.⁶⁴ Föräldrakraft började användas i Sverige år 2004.⁶⁵ Programmet vänder sig till alla föräldrar med barn i åldrarna 3-6 år och 11-14 år.⁶⁶

Syftet med Föräldrakraft är att förstärka de skyddande faktorerna på familjenivå. Det handlar framför allt om att främja de positiva uppfostringsstrategierna och att stärka familjesammanhållningen. Programmet för föräldrar med äldre barn syftar mer specifikt till att förebygga missbruk.⁶⁷ Programmet omfattar 7-8 gruppträffar. Varje träff inleds med en gemensam måltid för barn och föräldrar. Därefter arbetar barn och föräldrar för sig under en timme. Sedan är det ett gemensamt pass för barn och föräldrar.⁶⁸

Föräldrarnas träffar baseras på videovinjetter, diskussioner, rollspel och hemuppgifter.⁶⁹ De teman som behandlas är bland annat kommunikation, regler, konsekvenser, konflikthantering och samarbete mellan hem och förskola/skola.⁷⁰

Den amerikanska förlagan Iowa Strengthening Families Program har utvärderats genom en amerikansk randomiserad kontrollerad studie som visade på tydliga minskningar av aggressivitet och andra beteendeproblem i slutet av grundskolan. Ytterligare en studie visade att det efter sex år också fanns en minskning av alkohol- och tobaksanvändning.⁷¹

⁶¹ <http://www.fhi.se/sv/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Familjeverkstan---atta-filmer-om-foraldraskap-avsedda-for-studiecirkelar/> 2009-09-10

⁶² http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_29582.aspx 2009-10-05

⁶³ SOU 2008:131

⁶⁴ http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_29582.aspx 2009-10-05

⁶⁵ Bremberg, 2004

⁶⁶ http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_29582.aspx 2009-10-05

⁶⁷ Ibid.

⁶⁸ Bornholm, 2006

⁶⁹ Bremberg, 2004

⁷⁰ Bornholm, 2006

⁷¹ http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_8585.aspx 2009-10-26

Komet

Hösten 2002 började Forsknings- och Utvecklingsenheten i Stockholm att utveckla föräldrastödsprogrammet Komet som till en början kallades föräldracirklar.⁷² Komet står för KOMmunikationsMEToder och är ett manualbaserat föräldraträningsprogram. Programmet är en svenskanpassad version av de amerikanska föräldrautbildningarna Parent Management Training (PMT). PMT är en samlingsbeteckning för flera olika föräldraprogram som bygger på inlärningsteori och praktisk träning.⁷³ Programmen riktar sig till föräldrar vars barn är svåra att hantera på grund av utagerande beteenden, såsom bråk, trots och aggressivitet. Oftast är programmen manualbaserade och innehåller videovinjetter, rollspel och hemuppgifter. Under de senaste 30 åren har en lång rad kontrollerade studier bedrivits för att undersöka hur effektivt PMT är. Ingen annan behandling är undersökt så väl som PMT. Ungefär två av tre barn har minskat sina problembeteenden. Den positiva utvecklingen hos barnen har visat sig vara stabil över tid både i hemmet och i skolan. Bäst resultat uppnås i familjer där barnen är yngre än åtta år. Effekterna av föräldraträningen är lika stora i individuella föräldrastödsinsatser som i föräldragrupper men grupper är mer kostnadseffektiva. Föräldraträningsprogrammen har också visat sig ge effekter på relationerna inom familjen både vad gäller minskning av syskonproblem, förbättrad relation mellan föräldrarna och familjen som helhet. Vidare har föräldrastödsprogrammen visat sig ha effekter på mamman, både vad gäller förbättrat självförtroende och minskning av depression, stress och ångest.⁷⁴

Den första versionen av Komet utarbetades av två psykologstudenter, Martin Hassler och Linda Havbring. Deras handledare var Martin Forster vid FoU-enheten i Stockholm och Lennart Melin vid Uppsala universitet.⁷⁵ Manualen inspirerades av Carolyn Webster-Strattons, Gerald Pattersons och Russel Barkelys föräldraträningsmodeller. Komet utvärderades hösten 2002 i en randomiserad pilotstudie. Resultaten visade att barnen hade blivit mindre bråkiga och mer koncentrerade jämfört med barnen i kontrollgruppen. Den första versionen av programmet vidareutvecklades efter den hade blivit testad i en pilotstudie. Utvecklingsarbetet skedde både genom forskning och genom erfarenheter från de första utbildningsomgångarna.⁷⁶ Våren 2003 beslöt Länsstyrelsen att finansiera implementeringen av Komet i Stockholms stadsdelar. Preventionscentrum i Stockholm fick ansvaret för implementeringen⁷⁷ och psykologerna Martin Hassler, Hanna Schwan och Martin Forster fortsatte programutvecklingen.⁷⁸ Manualen till Komet har kontinuerligt reviderats och finns sedan 2005 i en tryckt version.⁷⁹

Komet riktar sig till föräldrar som har bråkiga och trotsiga barn. Större delen av programmet ägnas åt att bryta negativa beteendemönster och öka barnets positiva beteenden genom att uppmärksamma och berömma det som barnet gör bra.⁸⁰ Programmet syftar till att lära föräldrar och lärare att kommunicera med barnen på ett bättre sätt. Idén är att det i första hand är den vuxne som måste

⁷² Kling och Sundell, 2006

⁷³ Erman och Svensson, 2007

⁷⁴ Kling och Sundell, 2006

⁷⁵ Kling, Sundell, Melin och Forster, 2006

⁷⁶ Kling och Sundell, 2006

⁷⁷ Erman och Svensson, 2007

⁷⁸ Kling, Sundell, Melin och Forster, 2006

⁷⁹ Kling och Sundell, 2006

⁸⁰ Erman och Svensson, 2007

ändra sitt beteende för att minska problemen.⁸¹ Utgångspunkten i programmet är att det är mer effektivt att berömma barnet när de har gjort något bra än att tjata och skälla när något gått snett.⁸² Kometutbildningarna baseras på social inlärningsteori och operant betingning⁸³ (även kallat instrumentell inlärning). Begrepp operant betingning utvecklades av psykologen B.F. Skinner. Innebörden av begreppet är att beteenden kan förstärkas eller släckas ut beroende på vilka konsekvenser beteendet får.⁸⁴ Vidare grundas Komet på kognitiv beteendeterapi.⁸⁵

En kurs i FöräldraKomet omfattar 11 kurstillfällen. Syftet med träffarna 1-6 är att förbättra relationen och samspelet mellan barn och föräldrar. Några exempel på färdigheter som presenteras tidigt i programmet är förberedelse, uppmaning och beröm. Föräldrarna får också öva sig i att vara tydliga och konsekventa i situationer som ofta leder till bråk. När förtroendet mellan barn och föräldrar har byggts upp presenteras metoder för gränssättning (träff 7-9).⁸⁶

Kursen i Komet baseras på undervisning, videovinjetter och diskussion kring filmerna. Vidare får föräldrarna träna på de färdigheter och förhållningssätt som de har lärt sig under utbildningen genom rollspel och hemuppgifter. Föräldrarna får också ett skriftligt material som sammanfattar viktiga principer i programmet och ger tips hur föräldrarna kan genomföra hemuppgifterna.⁸⁷

Komet ger tre olika slags föräldrautbildningar i Sverige:

- *FöräldraKomet* för föräldrar med trotsiga och bråkiga barn i åldrarna 3-11 år.
- *Förstärkt FöräldraKomet* för familjer med barn i åldrarna 3-11 år med mer komplex problematik. Utöver gruppträffarna arbetar kursledarna intensivt med hembesök och telefonsamtal.
- *UngdomsKomet* för föräldrar med trotsiga och bråkiga barn i åldrarna 12-18 år.⁸⁸

Kling, Sundell, Melin och Forster genomförde en randomiserad kontrollerad studie under 2006. I studien ingick 159 föräldrar som hade trotsiga och bråkiga barn i åldrarna tre till tio år. Föräldrarna delades upp i tre grupper. Den ena gruppen fick gå den ordinarie versionen av Komet, den andra fick gå en kortversion av Komet och den tredje gruppen fick vänta en termin på behandling. Utvärderarna genomförde både före- och eftermätningar. Resultaten visade att de föräldrar som hade deltagit i någon av Kometgrupperna förbättrade fyra av sju föräldrakompetenser. De områden som deltagarna förbättrade motsvarade tydliga teman i Komet. Förbättringarna handlade bland annat om att föräldrarna hade blivit bättre på att uppmärksamma positiva beteenden hos barnen. Vidare hade konfliktupptrappning i familjen minskat. Föräldrarna hade också blivit tydligare och mer konsekventa kring regler. Andra effekter av Komet var att barnens beteendeproblem minskade och deras sociala kompetens ökade. Barnens minskade beteendeproblem kunde kopplas till föräldrarnas förändrade föräldrabetende. Ju bättre föräldrakompetens föräldrarna visade desto färre beteendeproblem hade barnen. Vidare föreföll effekterna av Komet vara stabila eller ökande tio månader efter kursstart. Kortversionen av Komet hade något lägre effekter än den ordinarie

⁸¹ www.kometprogrammet.se 2009-09-10

⁸² Bornholm, 2006

⁸³ Rooth, 2007

⁸⁴ http://sv.wikipedia.org/wiki/Operant_betingning

⁸⁵ Hultman-Boye, 2008

⁸⁶ Kling och Sundell, 2006

⁸⁷ Ibid.

⁸⁸ Erman och Svensson, 2007

versionen. Vidare drog författarna slutsatsen att ordinarie Komet hade starkare effekter än vad föräldraprogram i genomsnitt har. Vidare menade författarna att kortversionen av Komet liknade det som kan förväntas av föräldraträningsprogram.⁸⁹ Socialstyrelsen bedömer att utvärderingen som Klings et al. genomförde har medelhög tillförlitlighet.⁹⁰

Kams och Seppälä (2007) har i sin psykologexamensuppsats gjort en kvasiexperimentell undersökning om vilken effekt föräldraträningsprogrammen Förstärkt FöräldraKomet respektive Metoder I Vardagen har på barns beteendeproblem och föräldrars psykiska hälsa. Studien omfattade 42 barn i åldrarna 3-13 år med allvarliga beteendeproblem och 52 föräldrar. Resultaten visade statistiskt signifikanta förbättringar bland dem som hade deltagit i Förstärkt FöräldraKomet. Barnens problembeteenden hade minskat och föräldrarnas psykiska hälsa hade förbättrats. Inga statistiska förändringar påvisades bland deltagarna i Metoder I Vardagen.⁹¹

Marte Meo

*Marte Meo är en konsultations- och behandlingsmodell.*⁹² Programmet utvecklades av den holländska specialpedagogen Maria Aarts i slutet av 1980-talet. Programmet är en vidareutveckling av The Orion Home Training Programme. Orion-metoden utvecklades i slutet av 1970-talet av Aarts och psykologen Harry Bieman.⁹³ Aarts avslutade samarbetet med Bieman 1987.⁹⁴ Idén till att utveckla ett föräldrastödsprogram fick Aarts i sitt arbete på ett behandlingshem för barn med behov av särskilt stöd.⁹⁵ En pojke som var placerad på behandlingshemmet hade autism. Pojkens mamma uppmärksammade att Aarts hade en bra kontakt med hennes son. Mamman bad Aarts att lära henne hur hon skulle göra för att få en bättre kontakt och kommunikation med sin son. Denna förfrågan gjorde att Aarts började fundera över hur över hur hon fick kontakt med barnen.⁹⁶ För att få ord på sin kunskap om samspel började Aarts videofilma samspelet mellan barn och föräldrar i olika familjer.⁹⁷ Aarts studerade videoinspelningar om fungerande kommunikation och samspel mellan barn och föräldrar för att få kunskaper om hur dialogen och kommunikationen mellan den vuxne och barnet ser ut, vad den innehåller, hur den utvecklas⁹⁸ och hur detta bidrar till barnets sociala och intellektuella utveckling.⁹⁹ Genom studiet av videoinspelningarna utformade Aarts sju samspelsprinciper: initiativ, bekräftelse, turtagning, markering av övergångar, dela glädje och positiva ja-cirklar.¹⁰⁰

⁸⁹ Kling, Sundell, Melin och Forster, 2006

⁹⁰ [http://www.socialstyrelsen.se/evdicensbaseradpraktik/insatser/barnochfamilj/kometforforaldrar\(barn3-11ar\)](http://www.socialstyrelsen.se/evdicensbaseradpraktik/insatser/barnochfamilj/kometforforaldrar(barn3-11ar)) 2009-11-11

⁹¹ Kams och Seppälä, 2007

⁹² Bremberg, 2004

⁹³ http://www.orebroll.se/psykhab/pagewide_4351.aspx 2009-10-20

⁹⁴ Steinholtz, 2007

⁹⁵ http://www.orebroll.se/psykhab/pagewide_4351.aspx 2009-10-20

⁹⁶ Helander och Hellström, 2007

⁹⁷ http://www.orebroll.se/psykhab/pagewide_4351.aspx 2009-10-20

⁹⁸ <http://www2.pedc.se/dv/martemeo.htm> 2009-10-20

⁹⁹ <http://www.martemeoforeningen.se/?page=method> 2009-10-19

¹⁰⁰

<http://www.sundsvall.se/forskolaaskolaochstudier/forskola/error/seminarierworkshops/martemeo.4.3b6cd44910b197529fd80002029.html> 2009-10-20

Marte Meo introducerades i Sverige 1991 av Ingegerd Wirtberg.¹⁰¹ Idag används Marte Meo runt om i världen för att hjälpa och stödja föräldrar, familjehemsföräldrar, lärare, förskolelärare, personal inom mödra- och barnhälsovård, personal inom omsorgerna för psykiskt utvecklingsstörda och barn- och ungdomspsykiatri m.fl.¹⁰²

Marte Meo är latin och kan fritt översättas till av egen kraft.¹⁰³ Av egen kraft syftar på föräldrarnas kraft och förmåga att stödja sitt barn i dess utveckling.¹⁰⁴ Metoden bygger på en människosyn där människans egna krafter och förmåga till kommunikation tas tillvara. Möten mellan människor utgör en viktig utgångspunkt för all utveckling där båda parter är betydelsefulla för samspelet.¹⁰⁵ Teorier som kan knytas till Marte Meo är bland annat spädbarns- och småbarnsutveckling, samspels- och anknytningsteorier, temperamentsforskning och affektteori, modern utvecklingspsykologi, avvikelser i barns utveckling, salutogent perspektiv, etik och moral.¹⁰⁶

Syftet med Marte Meo är att stödja och hjälpa föräldrar och andra att se behov och resurser hos barnet. Vidare är målet att hjälpa de vuxna att se sina egna möjligheter att svara utvecklingsfrämjande på barnets behov och möjligheten att kunna påverka sitt samspel till barnet i positiv riktning.¹⁰⁷

Metoden är en form av handledning till den vuxne. Terapeuten använder videofilmning som ett verktyg i familjebehandlingen.¹⁰⁸ Föräldrarna och terapeuten avgör tillsammans vilka situationer som ska filmas. Det föräldrarna vill ha hjälp med har betydelse för valet av vilken situation som filmas.¹⁰⁹ Filmsekvenserna analyseras av terapeuten.¹¹⁰ Utifrån en specifik frågeställning tittar föräldern och terapeuten på korta filmsekvenser om vad som är verksamt i samspelet och kommunikationen mellan barn och förälder.¹¹¹ Terapeuten och föräldern tittar på vilka initiativ barnet tar, hur det reagerar och signalerar sina behov och önsningar.¹¹² Filmvisningen gör det möjligt att stanna upp inför detaljer i samspelet, studera och lära känna sitt barns signaler, uttrycksätt och behov.¹¹³ Med hjälp av filmsekvenserna skapas situationer där föräldern blir aktiv och reflekterande över den egna förmågan och möjligheterna till förstärkning och utveckling av samspelet.¹¹⁴ Tanken med Marte Meo är inte att tala om för föräldern vad den gör för fel. Istället lyfter terapeuten fram det som fungerar bra i samspelet och utgår från det. Terapeuten och föräldern försöker tillsammans hitta nya sätt att utveckla och stärka föräldrarnas förmåga att bemöta sitt barn.¹¹⁵ En insats med hjälp av Marte Meo brukar i regel röra sig om 5-8 tillfällen beroende på vilka

¹⁰¹ <http://www.koping.se/upload/24574/Marte%20Meo.pdf>

¹⁰² <http://www.martemeoforeningen.se/?page=method> 2009-10-19

¹⁰³ Ibid.

¹⁰⁴ http://www.orebroll.se/psykhab/pagewide_4351.aspx 2009-10-20

¹⁰⁵ <http://www.martemeo.se/start.htm> 2009-10-20

¹⁰⁶ <http://www.martemeo.nu/ommartemeo.aspx> 2009-10-20

¹⁰⁷ <http://www.martemeoforeningen.se/?page=method> 2009-10-19

¹⁰⁸ <http://www.martemeo.se/start.htm> 2009-10-20

¹⁰⁹ http://www.orebroll.se/psykhab/pagewide_4351.aspx 2009-10-20

¹¹⁰ <http://www.martemeoforeningen.se/?page=method> 2009-10-19

¹¹¹ <http://www.martemeo.se/start.htm> 2009-10-20

¹¹² Ibid.

¹¹³ <http://www.familjeforum.com/index.php?p=2&id=18> 2009-10-20

¹¹⁴ <http://www.martemeo.nu/ommartemeo.aspx> 2009-10-20

¹¹⁵ http://www.orebroll.se/psykhab/pagewide_4351.aspx 2009-10-20

frågeställningar man väljer att arbeta kring.¹¹⁶ Mellan träffarna får föräldrarna hemuppgifter att öva på för att se om det kan leda till bättre samspel.¹¹⁷

Det finns ett omfattande intresse för Marte Meo som behandlingsmodell. Trots det är kunskapen om långtidseffekterna av familjebehandlingsarbetet med Marte Meo ganska svaga. Den enda utvärdering som Hettrel (2006) kände till var den studie som hon och hennes kollega hade genomfört.¹¹⁸ I Steinholtz (2007) uppsats finns en sammanfattning av de resultat som Hettrel och Lindqvist kom fram till i sin utvärdering. Utvärderingen omfattade 14 familjer. Det var 11 av dem som fullföljde en Marte Meo behandling. Både före- och eftermätningar gjordes i undersökningen. Resultaten av utvärderingen skilde sig mellan de aktiva och de passiva barnen. De föräldrar som hade passiva barn hade svårare att få till ett fungerande samspel med barnen än de som hade aktiva barn. Utvärderarna konstaterade också att i de flesta familjer hade samspelet och dialogen påverkats positivt av behandlingen. Effekterna av genomgången behandling visade sig kvarstå över tid. Utvärderarna påpekade att utvärderingsresultaten inte kan generaliseras eftersom underlaget i utvärderingen är för litet. Men de ville ändå påvisa likheterna mellan deras slutsatser och utvärderingsresultaten av The Orion Projekt som Weiner et al. genomförde 1994. I den utvärderingen ingick 106 familjer som kom från liknande förhållanden och hade jämförbara hjälpbehov med familjerna i Hettrel och Lindqvists utvärdering. Resultaten av The Orion Projekt påvisade signifikanta förändringar i samspelet mellan barn och föräldrar sex månader efter avslutad behandling.¹¹⁹

Nya Steg

Detta avsnitt inleds med en kort beskrivning av *Steg-för-Steg* i syfte att ge en bakgrund till *Nya steg*. Under åren 2001-2003 utvecklades det manualbaserade föräldrastödsprogrammet *Steg-för-Steg* av Eva Skärstrand och Jörgen Larsson som arbetade inom STAD (STockholm förebygger Alkohol- och Drogproblem) i Stockholms läns landsting.¹²⁰ Programmet är en svenskanpassad version av det amerikanska föräldrastödsprogrammet Iowa Strengthening Families Program.¹²¹ *Steg-för-Steg* utformades för att förebygga användning av tobak, alkohol och droger bland 11-14 åringar samt stärka föräldrakompetens och familjeband.¹²²

Steg-för-Steg testades först i en pilotstudie i två Stockholmskolor. Därefter genomfördes en randomiserad kontrollerad studie. I studien ingick 19 skolor i Stockholm. Tio av skolorna fick gå *Steg-för-Steg* och de övriga skolorna var kontrollgrupp. Det främsta målet var att utvärdera effekten av *Steg-för-Steg* på ungdomars alkohol- och droganvändning. I studien ingick 707 grundskoleelever och deras föräldrar. Den första mätningen genomfördes i mars 2003. Därefter har tre årliga uppföljningar genomförts. Resultatet av utvärderingen visade att inga signifikanta skillnader finns i användningen av tobak, alkohol eller andra droger mellan interventionsgruppen och kontrollgruppen.

¹¹⁶ <http://www.martemeo.se/start.htm> 2009-10-20

¹¹⁷ <http://www.familjeforum.com/index.php?p=2&id=18> 2009-10-20

¹¹⁸ Hettrel, 2006

¹¹⁹ Steinholtz, 2007

¹²⁰ http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_8485.aspx 2009-11-02

¹²¹ <http://www.stad.org/templates/Page.aspx?id=87&epslanguage=SV> 2009-11-02

¹²² http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_8485.aspx 2009-11-02

Slutsatsen av utvärderingen blev att Steg-för-Steg, i den här svenska versionen, inte har någon effekt på ungdomars alkohol- och drogbeetende.¹²³

Det har utvecklats två nya föräldrastödsprogram utifrån Steg-för-Steg. Den ena heter *FöräldraStegen* och den andra heter *Nya Steg*. FöräldraStegen utvecklades år 2004 i syfte att nå socialt utsatta familjer. FöräldraStegen växte fram genom ett samarbete mellan STAD och Maria Ungdom i Stockholm. Programmet riktar sig till föräldrar som känner oro för sina 13-17 åringar på grund av graffiti, allmänt stök, skolk, snatterier, alkohol-, tobak- och narkotikabruk¹²⁴ eller är föremål för socialtjänstens ingripande på grund av dessa eller liknande problem.¹²⁵ Syftet med programmet är att förebygga eller tidigt upptäcka användning av alkohol, tobak och narkotika. Vidare är intentionen att öka föräldrarnas kunskap om ungdomars missbruk. Avsikten är också att stärka familjebanden och att ge föräldrarna verktyg i föräldraskapet.¹²⁶

År 2006 samlades de 15 mest erfarna ledarna för Steg-för-Steg. Ledarna förändrade programmet Steg-för-Steg på en rad punkter. Bland annat kortades innehållet ner väsentligt. Ändringarna var ett resultat av ett antal synpunkter på Steg-för-Steg. Det förändrade programmet fick namnet Nya Steg och har i praktiken ersatt Steg-för-Steg.¹²⁷

Nya Steg vänder sig till alla föräldrar och ungdomar som är i åldern 12-14 år. Programmet är komprimerat till åtta föräldraträffar. Varje träff är cirka två timmar lång.¹²⁸ På dagtid genomförs särskilda lektioner för eleverna.¹²⁹ Ungdomsprogrammet tar upp teman såsom drömmar och mål, uppskattning av föräldrar, stresshantering och kompistryck. Det centrala hjälpmedlet vid föräldraträffarna utgörs av filmer som lägger grunden för sammankomsterna.¹³⁰ Utifrån filmerna leder den kursansvarige korta diskussioner och håller i gruppövningar.¹³¹ De frågor som tas upp under föräldraträffarna handlar om sådant som tonårsföräldrar möter, till exempel hur länge ungdomar ska få vara ute på kvällen, rökning, läxor och konfliktsituationer.¹³² Det finns länkar mellan ungdoms- och föräldraträffarna i form av hemövningar.¹³³ Vidare är den första och den åttonde föräldraträffen familjekvällar där föräldrar och ungdomar möts tillsammans.¹³⁴ Syftet med Nya Steg är främst att förebygga alkohol, tobak och droger bland ungdomar. Avsikten är också att stärka familjekompetensen och familjebanden.¹³⁵

¹²³ <http://www.stad.org/templates/Page.aspx?id=87&epslanguage=SV> 2009-11-02

¹²⁴ <http://www.stad.org/templates/Page.aspx?id=65&epslanguage=SV> 2009-11-02

¹²⁵ <http://www.prevochinfo.se/foeraeldrastegen.html> 2009-11-02

¹²⁶ Ekström, 2007

¹²⁷ <http://www.stad.org/templates/Page.aspx?id=65&epslanguage=SV> 2009-11-02

¹²⁸ http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_9461.aspx 2009-10-26

¹²⁹ SOU 2008:131

¹³⁰ <http://www.prevochinfo.se/nya-steg.html> 2009-12-15

¹³¹ <http://www.prevochinfo.se/nya-steg-foeraeldrar.html> 2009-12-15

¹³²

<http://www.grums.se/nyhetsarkiv/gemensamservicenyheter/foraldrutbildningennystegpagang.5.21f7df6010e427045ce800020778.html> 2009-12-15

¹³³ <http://www.prevochinfo.se/nya-steg.html> 2009-12-15

¹³⁴ http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_9461.aspx 2009-10-26

¹³⁵ <http://www.prevochinfo.se/nya-steg.html> 2009-12-15

Örebro preventionsprogram

Örebro Preventionsprogram (ÖPP) är ett alkohol- och drogförebyggande program.¹³⁶ Programmet är utvecklat av forskarna Håkan Stattin och Nikolaus Koutakis vid Örebro universitet.¹³⁷ Sedan årsskiftet 2005/2006 ansvarar Statens folkhälsoinstitut för samordning av utbildning och nationell spridning.¹³⁸ ÖPP vänder sig till föräldrar med barn i högstadiet. Huvudsakligen genomförs programmet som ett kort inslag på de ordinarie föräldramötena en gång per termin.¹³⁹ Syftet med programmet är att förebygga tidig alkoholdebut, berusningsdrickande och normbrytande beteende bland ungdomar genom att påverka föräldrars förhållningssätt till ungdomsdrickande.¹⁴⁰

ÖPP är noggrant utvärderat genom en kvasiexperimentell undersökning. Deltagarna i studien delades in i två grupper. En grupp som deltog i ÖPP. En annan grupp som var kontrollgrupp. Kontrollgruppen fick inte ta del av några insatser. Ungdomarna följdes från att de slutade årskurs sex till dess att de slutade årskurs nio. De årliga datainsamlingarna omfattade information från lärare, föräldrar och elever. ÖPP implementerades och utvärderades i fyra separata högstadieskolor som var belägna i tre olika typer av bostadsområden. ÖPP implementerades ungefär lika bra i samtliga områden. Vidare var effekterna av programmen likvärdiga i de olika bostadsområdena.¹⁴¹ I kontrollskolorna uppgav 40 % av eleverna i årskurs 9 att de hade varit berusade minst en gång under den senaste månaden. I försöksskolorna var det 25 % som hade varit berusade under den senaste månaden. Liknande effekter kunde konstateras på förekomsten av normbrytande beteenden. Det var tydliga skillnader mellan föräldrarnas attityder till berusningsdrickande i kontroll- och försöksskolorna. Det är därför troligt att minskningen av berusningsdrickande och normbrytande beteende var en konsekvens av insatsen som föräldrarna hade fått ta del av.¹⁴² En utvärdering av ÖPP med ett assyriskt/syrianskt kulturellt perspektiv genomfördes i Södertälje under 2006-2007. Den allmänna slutsatsen av utvärderingen var att ÖPP är användbart inom kulturella minoritetsgrupper, förutsatt att vissa ändringar görs (Cetrez och DeMarinis, 2007).¹⁴³

¹³⁶ http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_37360.aspx 2009-10-26

¹³⁷ Bornholm, 2006

¹³⁸ http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_8484.aspx 2009-10-26

¹³⁹ <http://www.fhi.se/sv/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/OPP--Orebro-Preventionsprogram/> 2009-09-10

¹⁴⁰ Liljeberg, 2006

¹⁴¹ http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_37402.aspx 2009-10-26

¹⁴² Bremberg, 2004

¹⁴³ Jonsson, 2009

Referenser

Belin, Lollo (2006). *Effekter av en föräldrautbildning enligt COPE. En studie, före och efter.* Stockholms lärarhögskola: Institutionen för individ, omvärld och lärande.

Berne, Sofia och Jones, Gabriela (2006). *Utvärdering av Active Parenting's föräldrautbildning i Sverige, aktivt föräldraskap idag 2-12 år.* Göteborgs universitet: Psykologiska institutionen.

Bornholm, Helena (projektledare) (2006). *På rätt kurs! Metoder för föräldrastöd från förskolan till tonåren.* Länsstyrelsen.

Bremberg, Sven (2004). *Nya verktyg för föräldrar.* Statens folkhälsoinstitut.

Broberg, Anders och Axberg, Ulf, 2008. *"De otroliga åren" – Utvärdering av föräldrautvecklingsgrupper enligt Webster-Stratton-metoden.* Göteborg: Aetolia 2008:4.

Edenhammar, Karin (2006) Så här arbetar vi med Vägledande samspel i föräldragrupper - en intervjuundersökning. Stiftelsen ICDP.

Ekström, Martin (2007). *Evidensbaserade metoder.* Lund: ATAD Prevention Center.

Erman, Vuokko och Svensson, Susanne (2007). "Att leva ett liv – inte vinna ett krig" En kvalitativ studie om kognitiv beteendeterapeutiskt föräldrautbildning – Ungdomskomet, Spånga – Tensta Familjeresursenhet. Ersta Sköndals Högskola: Institutionen för socialt arbete.

Helander, Monica och Hellström, Cecilia (2007). *"Tänd ett ljus..." Klientens upplevelse av Marte Meo.* Högskolan i Kalmar: Institutionen för hälso- och beteendevetenskap.

Hettrel, Camilla (2006). *Fem berättelser om Marte meo-metoden.* Ersta Sköndal Högskola: Institutionen för socialt arbete.

Hultman-Boye, Tove (2008). *Ungdomars, ledares och föräldrars upplevelser av "KOMET för föräldrar till ungdomar 12-18 år".* Stockholms universitet: Psykologiska institutionen.

Josefsson, Pia, Ljungberg, Åke och Ström, Åsa (2009). *COPE Utvärdering 2008-2009.* Falu kommun.

Jonsson, Elin (2009). *Föräldrastöd i Södertälje samt tidig upptäckt av barn med normbrytande beteenden. Kartläggning 2008.* Länsstyrelsen i Stockholms län.

Kams, Piret och Seppälä, Gabriella (2007). *En jämförande studie av två föräldraträningsprogram för barn med allvarliga beteendeproblem.* Uppsala universitet: Institutionen för psykologi.

Kling, Åsa och Sundell, Knut (2006). *Komet för föräldrar – en verksamhetsutvärdering för föräldrars deltagande och upplevelser av programmet Komet*. Stockholms stad: FoU (FoU-rapport 2006:13).

Kling, Åsa, Sundell, Knut, Melin, Lennart och Forster, Martin (2006). *Komet för föräldrar. En randomiserad effektutvärdering av ett föräldraprogram för barns beteende problem*. Stockholms stad: FoU (FoU-rapport 2006:14).

Liljeberg, Karin (Redaktör) (2006). *För skolbaserad prevention. Verktygslåda. Kunskapsbaserade metoder och program som sprids inom ramen för regeringsuppdraget Skolan förebygger*. Statens folkhälsoinstitut.

Olsén, My Love (2008). *I Detektivskolans spår...En kvalitativ studie på spaning efter familjeprogrammet De otroliga årens långvariga effekter*. Göteborgs universitet: Institutionen för socialt arbete.

Olsson, Martin (2002). "The Incredible Years" Nu introduceras i Sverige en metod att utvecklas i föräldraskapet. *Socionomen* 4, 2002.

Rooth, Hetty (2007). "Mamma vann, hon klarade allt!" Barns upplevelser av föräldrastödsprogrammet Komet. Mittuniversitetet: Institutionen för Folkhälsovetenskap.

Sarkadi, Anna (redaktör) (2008). *Föräldrastöd i Sverige idag – Vad, när och hur? Rapport till Statens folkhälsoinstitut*. Statens folkhälsoinstitut och Landstinget i Uppsala län.

SOU 2008:131 (2008). *Föräldrastöd – en vinst för alla. Nationell strategi för samhällets stöd och hjälp till föräldrar i deras föräldraskap*. Stockholm: Socialdepartementet.

Steinborg, Annelie (2008). "De otroliga åren" – behandlares erfarenhet av Webster-Strattons manualbaserade föräldraträning. Stockholms universitet: Psykologiska institutionen.

Steinholtz, Anna-Karin (2007). *MARTE MEO "Show me" sade Maria. En kvalitativ studie av Marte meo terapeutens upplevelser och yrkeserfarenheter av metoden inom socialt behandlingsarbete*. Lunds universitet: socialhögskolan.

Thorell, Lisa och Hellström, Agneta (2006). *COPE föräldrautbildning. Rapport från utvärderingen av kurser i Uppsala län och Tyresö kommun*. Uppsala universitet: Institutionen för psykologi och Uppsala akademiska sjukhus: Barn- och ungdomspsykiatri.

<http://www.activeparenting.se/om.html>, 2009-04-17

http://www.activeparenting.se/foraldrakurser/Vad_skiljer_AP_fran_andra_foraldrakurser.pdf 2009-04-22

<http://www.familjeforum.com/index.php?p=2&id=18> 2009-10-20

http://www.fhi.se/Documents/Vart-uppdrag/BoU/Uppslagsverket/050601_Thunstrom_2005.pdf
2009-09-17

<http://www.fhi.se/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Anknytning-spadbarn/> 2009-09-10

<http://www.fhi.se/sv/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Familjeverkstan---atta-filmer-om-foraldraskap-avsedda-for-studiecirklar/> 2009-09-10

<http://www.fhi.se/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Foraldrastod/> 2009-08-28

<http://www.fhi.se/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Foraldrastod---spadbarnstid-/> 2009-09-10

<http://www.fhi.se/sv/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/Foraldrastod---skolalder-10-15-ar/>
2009-09-10

<http://www.fhi.se/sv/Handbocker/Uppslagsverk-barn-och-unga/OPP--Orebro-Preventionsprogram/>
2009-09-10

http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_8484.aspx 2009-10-26

http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_8485.aspx 2009-11-02

http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_8585.aspx 2009-10-26

http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_9461.aspx 2009-10-26

http://www2.fhi.se/templates/fhischoolpage_9995.aspx 2009-10-26

<http://www.grums.se/nyhetsarkiv/gemensamservicenyheter/foraldrautbildningennyastegpagang.5.21f7df6010e427045ce800020778.html> 2009-12-15

<http://www.icdp.se/114.aspx> 2009-09-10

<http://www.icdp.se/138.aspx> 2009-12-16

<http://www.icdp.se/commonfiles/files/142.pdf> 2009-12-14

<http://www.icdp.se/commonfiles/files/146.pdf> 2009-12-14

www.kometprogrammet.se 2009-09-10

<http://www.koping.se/upload/24574/Marte%20Meo.pdf>

<http://www.martemeo.nu/ommartemeo.aspx> 2009-10-20

<http://www.martemeforeningen.se/?page=method> 2009-10-19

<http://www.martemteo.se/start.htm> 2009-10-20

http://www.orebroll.se/psykhab/pagewide_4351.aspx 2009-10-20

http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_29582.aspx 2009-10-05

http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_37360.aspx 2009-10-26

http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_37402.aspx 2009-10-26

<http://www2.pedc.se/dv/martemteo.htm> 2009-10-20

<http://www.prevochinfo.se/foeraeldrastegen.html> 2009-11-02

<http://www.prevochinfo.se/nya-steg-foeraeldrar.html> 2009-12-15

<http://www.prevochinfo.se/nya-steg.html> 2009-12-15

http://www.regionhalland.se/dynamaster/file_archive/090616/86f7073c409846403b3f0b3737daad13/Foraldrastodsrapport%20pdf.pdf 2009-12-14

<http://www.stad.org/templates/Page.aspx?id=65&epslanguage=SV> 2009-11-02

<http://www.stad.org/templates/Page.aspx?id=87&epslanguage=SV> 2009-11-02

<http://www.socialstyrelsen.se/evidensbaseradpraktik/insatser/barnochfamilj/cope> 2009-11-11

[http://www.socialstyrelsen.se/evidensbaseradpraktik/insatser/barnochfamilj/kometforforaldrar\(barn3-11ar\)](http://www.socialstyrelsen.se/evidensbaseradpraktik/insatser/barnochfamilj/kometforforaldrar(barn3-11ar)) 2009-11-11

<http://www.sundsvall.se/forskolaskolaochstudier/forskola/error/seminarierworkshops/martemteo.4.3b6cd44910b197529fd80002029.html> 2009-10-20

http://www.svenskacope.se/index.php?option=com_content&view=article&id=66&Itemid=88 2009-05-14

http://www.svenskacope.se/index.php?option=com_content&view=article&id=96&Itemid=51 2009-10-19

http://sv.wikipedia.org/wiki/Operant_betingning 2009-12-22

http://www.ltv.se/LTVTemplates4/LTV_Page_38868.aspx 2009-11-10