

Strategi föräldrautbildning

Barn och tonåringar med adhd



Bakgrund

- Stor samvariation mellan adhd och skadligt bruk/beroende
- Bland unga som vårdades för missbruk var adhd den vanligaste samtidiga psykiatriska diagnosen (34 % i åldersspannet 10-17 år)
- Mycket vanligt även i andra åldersgrupper
- Flera olika förklaringsmodeller och teorier

(Referens: Socialstyrelsen 2019-11-6481 och Faraone et al. 2021)

Bakgrund forts.

- Socialstyrelsen rekommenderar tidiga insatser för barn- och unga med adhd och välfungerande samverkan mellan psykiatri, socialtjänst och beroendevård för att minska risken för att unga med adhd ska utveckla ett skadligt bruk eller beroende

(Referens: Socialstyrelsen 2019-11-6481)

Kombinerad behandling vid adhd

1. Farmakologisk behandling
2. Psykosociala och pedagogiska insatser:
 - Föräldrautbildning
 - Stöd och anpassningar i skolan
 - Insatser riktade till barnet/tonåringen
3. Inte antingen eller utan både och

Farmakologisk behandling vs psykosociala/pedagogiska insatser

- Farmakologisk behandling överlägset för symtomlindring vid adhd
- Psykosociala/pedagogiska insatser har annat syfte:
 1. Stötta och stärka föräldrarna (lärare m.fl.) i att förstå och hjälpa barnet i vardagen
 2. Minska risken för tillkommande svårigheter
 3. Utveckla förmågor och färdigheter

Föräldrautbildning - sedvanliga PMT-program vid adhd?

- Saknar psykoedukativa komponenter som ger förståelse av funktionsnedsättningen
- Kan skapa orealistiska förväntningar på att barnet ska bli "normalt"
- Strategierna inte anpassade till adhd-utmaningar
- Saknar också information om samhällsstöd
- Beaktar inte ärftligheten
- Onödigt omfattande som första intervention

Viktiga komponenter i en föräldrautbildning vid adhd

- Bidra till förståelse av funktionsnedsättningen och hur den påverkar vardagsfungerandet
- Bidra till acceptans och realistiska förväntningar
- Familjeperspektiv – beakta ärftligheten
- Ge fungerande verktyg att bemöta barnet
- Information om samhällsstöd
- Träffa andra föräldrar till barn med adhd
- Förmedla hopp och tilltro

Kvalitet och kostnadseffektivitet

- Ökningen av antalet adhd-diagnoser hos barn
- Behovet av föräldrastöd med hög kvalitet men samtidigt kostnadseffektivt
- Erbjudas alla- kräver ingen bedömning av behov
- Tillgänglighet- begränsad omfattning (5ggr)
- Gruppformat - storgruppsmetodik
- Hjälp till självhjälp – träffa andra föräldrar
- Minska behovet av individuella besök

Strategi-programmet

Strategi-programmet

- Ett manualbaserat psykoedukativt föräldrautbildningsprogram
- Framtaget av Agneta Hellström
- Finns i två programversioner:
Barn 4-12 år (2010) och Tonår 13-17 år (2013)
- Har reviderats och uppdaterats regelbundet, senast nu 2022
- Uppdaterat materialet alltid tillgängligt för nedladdning via hemsida

Innehåll och upplägg

- Fem lektioner (gruppträffar) om tre timmar inklusive kafferast och paus
- Varje vecka
- 8 - 12 föräldrar i gruppen alternativt storgruppsmodell (15 - 30)
- Finns även som Online-version där föräldrarna följer kursen hemifrån

Upplägg – varje lektion

- PowerPoint-presentation
 - Föreläsningspass
 - Korta fokuserade diskussioner
- Informationsmaterial till deltagarna

Deltagarpärm



Föräldrakurs Strategi

- Lektion 1. Värt att veta om adhd
- Lektion 2. Att vara förälder till ett barn/en tonåring med adhd
- Lektion 3. Att hjälpa barnet/tonåringen fungera bättre i vardagen
- Lektion 4. Att förebygga och hantera konflikter
- Lektion 5. Samhällets stöd

Mål

- Öka förståelsen för vad adhd innebär
- Stärka föräldrarollen och familjen
- Ge strategier för hur man kan underlätta vardagsfungerandet
- Ge redskap att förebygga och hantera problembeteende
- Ge en orientering om samhällets stödinsatser

Användning

- Kan erbjudas till alla föräldrar vars barn/tonåring efter utredning fått diagnosen adhd
- Kan kompletteras med mer intensiva PMT-program för dem som behöver det på grund av tillkommande beteendeproblem
- Bör också kombineras med andra interventioner (anpassning av skolsituationen, medicinering, kognitivt stöd etc.)

Kursledare

- Sjuksköterskor, psykologer, socionomer, specialpedagoger, m.fl. inom BUP, barnmedicin, habilitering, elevhälsa eller socialtjänst
- För att hålla föräldrakurser krävs att man har gått kursledarutbildningen i aktuell programversion (barn respektive tonår)

Kursledarmanual



Spridning

- Sammanlagt över 1500 kursledare har hittills utbildats i Strategi Barn och cirka 700 i Strategi Tonår
- Används inom BUP, Socialtjänst, BUMM och habilitering
- Samtliga regioner
- Materialet är översatt till norska och finska (barn)
- Kursledarutbildningar anordnas av Sinus AB två gånger varje år samt kan på förfrågan ges som uppdragsutbildning

Utvärdering

- Strategi är mycket uppskattat av föräldrar som rapporterar stora förändringar av eget förhållningssätt och barnets beteende
- I en studie med 565 föräldrar från Adhd-center i Stockholm ⁽²⁰²⁰⁾ jämfördes kunskap, slutförande och nöjdhet hos föräldrar med respektive utan adhd, som alla hade gått Strategi. Resultaten visade inga skillnader mellan de två grupperna: Föräldrarna hade överlag, oavsett egen diagnos, tillgodogjort sig kunskaper om adhd, slutfört kursen i hög utsträckning och var mycket nöjda med kursen
- Mer forskning behövs med relevanta mått i förhållande till programmets syfte

Erfarenheter

- Programmet är mycket uppskattat av kursledarna som tycker det också ger kunskap och metoder som kan användas i enskilda kontakter med föräldrarna

På vilket sätt har du fått stöd i din föräldraroll?

- *"Jag är inte ensam. Beror inte på att jag är usel mamma".*
- *"Känner att jag med större tyngd och pondus kommer att kunna diskutera med skolan".*
- *"Det är inte fel på mig, jag daltar inte- jag coachar".*
- *"Man känner support och samhörighet med andra föräldrar och det ger styrka"!*

Kontakt

Sinus AB

Svenska institutet för barn i behov av
utvecklingsstöd

www.sinus.se

- Lina Poltrago

lina.poltrago@sinus.se

Tel: 073-3903040

