

Socialstyrelsen sammanfattar systematiska översikter
– effekter av metoder i socialt arbete

KBT-baserad föräldraträning i grupp (barn 3–12 år)

Barn med utagerande beteende får ofta svårt att umgås med vuxna och med andra barn. På längre sikt löper de en ökad risk för problem med antisocialitet och kriminalitet. En systematisk översikt från Cochrane Collaboration visar att KBT-baserad föräldraträning i grupp kan hjälpa föräldrar att utveckla nya färdigheter och minska barnens problem.

Källa

Furlong M, m fl. Behavioural and cognitive-behavioural group-based parenting programmes for early-onset conduct problems in children aged 3 to 12 years. Campbell Database of Systematic Reviews, 2012.

Rapporten baseras på 13 randomiserade kontrollerade studier som är publicerade mellan 1984 och 2010. Barnen är i genomsnitt fem år och har en klinisk grad av beteendeproblem (enligt testpoäng) eller en psykiatrisk diagnos (uppförandestörning alternativt trotssyndrom). Alla studierna har jämfört en KBT-insats med en kontrollgrupp som stått på väntelista för att få insatsen.

Resultat

- I familjer som har deltagit i föräldrastödgrupper ser man en lägre grad av beteendeproblem hos barnen och bättre psykisk hälsa hos föräldrarna än i kontrollgrupper som inte har fått insatsen.
- Föräldrar som har deltagit i grupperna använder mer positiva uppfostringsstrategier (beröm, lek, belöningar) och mindre negativa (hårda, inkonsekventa) strategier än föräldrar som inte fått insatsen.
- Eftersom alla studierna gäller korttidseffekter säger resultaten inte något om hur de står sig över längre tid.
- Två hälsoekonomiska studier av programmet De otroliga åren tyder på att insatserna är kostnadseffektiva. Kostnaderna för insatsen (cirka 20 000 kr per familj) bedöms som blygsamma i jämförelse med kostnader som kan uppstå på sikt om problemen lämnas obehandlade.
- Insatserna verkar ge lika stora effekter oavsett föräldrarnas socioekonomiska situation, om barnen har en diagnos eller inte, och om studien genomförts vid

en forskningsklinik eller i praktisk verksamhet. Man ser ett visst stöd för att program som genomförs manualtroget ger större effekter.

Insatsernas innehåll

KBT-baserad föräldraträning syftar till att öka föräldrarnas användning av beröm, lek, och belöningar samt effektiv gränssättning för att motverka en inkonsekvent och hård uppfostringsstil. Ofta används videofilmer, rollspel och hemuppgifter för att träna nya färdigheter. De flesta insatserna i översikten omfattar 10–15 träffar och har 8–12 föräldrar i grupperna. Gruppledare är socialarbetare, psykologer, beteendeterapeuter, lärare eller sjuksköterskor som har utbildats och tränats i insatserna.

Hur säkra är resultaten?

Författarna sammanfattar att insatserna är effektiva för att förbättra föräldrars uppfostringsstrategier och minska barnens beteendeproblem. Studiernas resultat var relativt samstämmiga för de flesta av de viktigaste utfallen. När författarna gjorde analyser där de uteslöt studier med metodologiska problem ändrades resultaten inte nämnvärt. De konstaterar att mer forskning behövs för att man ska kunna bedöma insatsernas effekter på barnens ångest och depressionssymtom och skolfärdigheter.

Är resultaten relevanta för svenska förhållanden?

Den sammantagna bedömningen är att översiktens resultat och jämförelsen med kontrollgrupper på väntelista är relevanta för svenska förhållanden. Merparten (9 av 13) av studierna i översikten undersöker effekter av programmet De otroliga åren.

En studie av det svenska programmet Komet (3–11) ingår också, en insats som har utvecklats med bland annat De otroliga åren som förlaga. Den svenska studiens resultat gick i linje med översiktens samlade resultat och visade på positiva effekter (Kling m fl, 2006; 2010). Översikten tyder också på att man får bättre effekter av programmen när de ges som det är tänkt, dvs. enligt manualen. Författarna påpekar att verksamheter om vill använda dem ska vara beredda att satsa resurser så att man kan hålla en hög grad av programtrohet. Det är osäkert om resultaten kan generaliseras till barn i andra åldrar och barn med mindre problemtyngd.

En systematisk översikt innefattar forskning på ett visst område fram till den tidpunkt som den genomförs. Studier som skulle kunna påverka slutsatserna kan ha publicerats sedan den här översikten gjordes.

Referenser

Kling, Å., Sundell, K., Melin, L. & Forster, M. (2006). Komet för föräldrar. En randomiserad effektutvärdering av ett föräldraprogram för barns beteendeproblem. Stockholm: Forsknings- och Utvecklingsenheten. Rapport 2006:14.

SOCIALSTYRELSEN

Kling, Å., Forster, M., Sundell, K. & Melin, L. (2010). A randomized controlled effectiveness trial of parent management training with varying degrees of therapist support. *Behavior Therapy*, 41, 530-542.