



NÅR URO, OPMÆRKSOMHED ELLER IMPULSIVITET ER EN UDFORDRING



Information om kommunens STIME-tilbud

STIME er en del af de fleste kommuners lettilgængelige behandlingstilbud (LTT) til børn og unge i psykisk mistrivsel og med symptomer på psykisk lidelse. På forsiden af www.stime.info finder du et link til kommunernes indgang til LTT/STIME.

Formål med indsatsen

STIME-indsatsen 'Forældreпилотerne' skal tidligt støtte forældre til børn, der på grund af udfordringer med uro, opmærksomhed eller impulsivitet fungerer dårligere end jævnaldrende i deres hverdag. Udfordringerne skal som minimum vise sig derhjemme, og barnet må ikke være påvirket i en grad, hvor der er behov for udredning eller behandling i psykiatrien.

Forløbet klæder forældrene på til at anvende strategier, der passer til deres barn, og bidrager til, at barnet udvikler nye færdigheder og styrker eksisterende. Målet er, at forældrene selv kan stå for interventionen i hjemmet og håndtere udfordringer undervejs.

De specifikke formål er at give forældrene viden, vejledning og redskaber, der:

- Øger forståelsen af barnet.
- Hjælper med at håndtere hverdagens udfordringer på nye måder.
- Skaber gode rammer for en positiv udvikling.

Gruppeformatet giver desuden forældrene mulighed for at dele erfaringer og finde støtte blandt andre i en lignende situation. Forløbet er et forældretræningsprogram, og det er ikke givet, at alle forældre kan bruge alt indhold.

Målgruppe

Forældreпилотerne er målrettet forældre til børn fra børnehave til og med 3. klasse, der har udfordringer med uro, opmærksomhed eller impulsivitet og har et lavere funktionsniveau end deres jævnaldrende.

Inklusionskriterier:

Barnet fungerer dårligere end sine jævnaldrende på grund af udfordringer inden for mindst ét af områderne: Uro, uopmærksomhed eller impulsivitet. Det kan fx være at:

- Barnet har svært ved at holde hænder og fødder i ro og blive på sin plads.
- Barnet bliver ledt afledt og gør ofte ikke opgaver eller lege færdige.
- Barnet er ukoncentreret og dagdrømmer.
- Barnet afbryder og har svært ved at vente.

Barnets udfordringer skal som minimum være til stede derhjemme og i mindst én kontekst.

Forældrene skal være motiverede for at deltage i forløbet og opleve, at de har behov for støtte og kan få hjælp til at håndtere deres barns udfordringer.

Eksklusionskriterier:

Barnet fungerer dårligere end sine jævnaldrende på grund af udfordringer inden for mindst ét af områderne: Uro, uopmærksomhed eller impulsivitet. Det kan fx være at:

- Barnet har svært ved at holde hænder og fødder i ro og blive på sin plads.
- Barnet bliver ledt afledt og gør ofte ikke opgaver eller lege færdige.
- Barnet er ukoncentreret og dagdrømmer.
- Barnet afbryder og har svært ved at vente.

Barnets udfordringer skal som minimum være til stede derhjemme og i mindst én kontekst.

Forældrene skal være motiverede for at deltage i forløbet og opleve, at de har behov for støtte og kan få hjælp til at håndtere deres barns udfordringer.

Behandlingsmæssig tilgang

Forældreпилотerne bygger på teorier om social læring, adfærdsteori og kognitiv adfærdsterapi og på metoder/tilgange som fysisk aktivitet, agenthed hos barnet og social træning (Bredstrup og Jensen, 2017). Temaerne i Forældreпилотerne er inspireret af forskellige programmer:

- 'Struktur og visualisering (www.teacch.com)
- 'Zonen for nærmeste udvikling' (Vygotsky, L.S., 1978)
- Spil og leg at udvikle barnets følelsesregulering og opmærksomhed (Laver-Bradbury, C. 2024).
- Ros/belønning, tydelige grænser og afledning ([Webster-Stratton](#), C. 2006).

Behandlingsforløb

Forældreпилотerne er et manualiseret forløb, som både kan tilbydes som gruppeforløb med op til otte forældrepar, som mødes i en fast gruppe uden børn, og som individuelt forløb. Gruppeforløbene varetages af to STIME-gruppeledere, der uddannes, superviseres og rådgives af psykiatriens STIME-medarbejdere. Hvis kommunen tilbyder individuelle forløb, vil én gruppeleder mødes med forældrene.

Forældreпилотerne strækker sig over cirka 10 uger og består af fire workshops og en introduktionsvideo, som forældrene ser hjemme som forberedelse til den første workshop. Forløbet kan afsluttes med en boosterworkshop, som afholdes 4 til 16 uger senere.

Mellem workshops arbejder forældrene hjemme med sig selv og deres barn ved at anvende de strategier og værktøjer, de har lært.

Forberedelse	Workshop 1		Workshop 2	
Inden Workshop 1	Uge 1		Uge 4	
Forberedende video ses derhjemme	Fysisk møde i gruppe	Hjemme-opgaver	Fysisk møde i gruppe	Hjemme-opgaver
Workshop 3	Workshop 4		Booster-workshop (evt.)	
Uge 7	Uge 10		4-16 uger efter Workshop 4	
Fysisk møde i gruppe	Hjemme-opgaver	Fysisk møde i gruppe	Fysisk møde i gruppe	

Hvis det vurderes relevant, kan personer fra barnets læringsmiljø få vejledning i, hvordan de bedst muligt kan understøtte forløbet og anvende de samme redskaber og strategier, som forældrene lærer. Dette sker så vidt muligt sideløbende med forløbet.

Referencer

Bredstrup og Jensen (2017). *Mig og min ADHD – arbejdsbog og vejledning*. Forlag Frydenlund.

Laver-Bradbury, C. et al. (2024). *Step by Step Help for Children with ADHD - A Self-Help Manual for Parents*. 2. edition. Jessica Kingsley Publishers.

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Webster-Stratton, C. (2006). *De utrolige år - en problemløsningsguide for forældre til børn mellem 3 og 8 år*. Forlaget Frydenlund.

