

# Foreldrekurs kan bedre barnas psykososiale utvikling

Omtalt av Marita S. Fønhus, Hege Kornør (RBUP Øst og Sør) og Therese K. Dalsbø

**Foreldreveiledningskurs kan muligens forebygge og redusere eksisterende psykososiale problemer hos barn. Samspillet mellom foreldre og barn blir trolig bedre. Det viser en Cochrane-oversikt.**

## HVA SIER FORSKNINGEN?

I systematiske oversikter samles tilgjengelig forskning. I denne systematiske oversikten har forfatterne samlet forskning om effekt av foreldreveiledningskurs for å forebygge psykososiale problemer og forbedre følelses- og atferdsregulering hos barn. Foreldreveiledningskurs ble sammenliknet med ingen tiltak (de er på venteliste for å få tiltaket senere). Resultatene viser at gruppebaserte foreldreveiledningskurs:

- muligens reduserer barns psykososiale problemer (liten tillit til resultatet)
- trolig reduserer barns atferdsproblemer på kort og middels sikt (middels tillit til resultatet)
- muligens øker barns følelsesmessige problemer rett etter kurs (liten tillit til resultatet) og reduserer dem på kort sikt (liten tillit til resultatet)









- trolig reduserer negativ atferd i samspillet mellom forelder og barn (middels tillit til resultatet)
- trolig øker positiv atferd i samspillet mellom forelder og barn (middels tillit til resultatet)

Tilliten til resultatet angir hvor sannsynlig det er at forskningsresultatet ligger nær den sanne effekt. Jo større tillit, desto sikrere kan vi være på at resultatet ligger nær den sanne effekt.

**Resultattabell 1. Foreldreveiledningskurs – foreldres vurdering av barnets psykososiale problemer etter kurset**











Resultater: hva skjer?	Hvor lenge etter kurset?	Hvor stor forskjell?	Tillit til resultatet	Hva er tallene bak?
<b>Psykososiale problemer</b> Foreldrekurs reduserer muligens barns psykososiale problemer rett etter kurset. Vi vet ikke effekten på kort, middels eller lengre sikt.	Rett etter kurset (opptil 1 mnd.)	Stor ▲▲▲	Liten ⊕⊕○○	0,81 SMD <sup>1</sup> lavere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-1,37 til -0,25)*
	På kort sikt (under 1 år)			Ingen studier
	På middels sikt (1-3 år)			Ingen studier
	På lang sikt (over 3 år)			Ingen studier
<b>Atferdsproblemer</b> Foreldrekurs reduserer trolig barns atferdsproblemer rett etter kurset og på kort sikt. På middels lang sikt vil trolig effekten være liten eller ingen. Vi vet ikke effekten på lang sikt.	Rett etter kurset (opptil 1 mnd.)	Liten ▲▲▲	Middels ⊕⊕⊕○	0,23 SMD <sup>1</sup> lavere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,46 til -0,01)*
	På kort sikt (under 1 år)	Liten ▲▲▲	Middels <sup>2</sup> ⊕⊕⊕○	0,38 SMD <sup>1</sup> lavere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,59 til -0,17)*
	På middels sikt (1-3 år)	Liten/ingen ▲▲▲	Middels <sup>2</sup> ⊕⊕⊕○	0,11 SMD <sup>1</sup> lavere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,21 til -0,0)*
	På lang sikt (over 3 år)			Ingen studier

\* Tallene i parentes viser feilmarginen (95 % konfidensintervall) - et mål på hvor usikkert resultatet er på grunn av tilfeldigheter. <sup>1</sup> Forfatterne laget metaanalyser av effekt og brukte Standardized Mean Difference (SMD). SMD er brukt fordi primærstudiene har målt utfallene på ulike måter (bruk av ulike skåringsinstrumenter). Når vi forenkler tolkningen av SMD er 0,2 er en «liten effekt», 0,5 er en «moderat effekt» og 0,8 er en «stor effekt» <sup>2</sup> Vi har vurdert tillit til resultatet

Resultater: hva skjer?	Hvor lenge etter kurset?	Hvor stor forskjell?	Tillit til resultatet	Hva er tallene bak?
<b>Følelsesmessige problemer</b> Foreldrekurs øker muligens barns følelsesmessige problemer rett etter kurset. På kort sikt reduseres muligens følelsesmessige problemer hos barnet. På middels lang sikt vil trolig effekten være liten eller ingen. Vi vet ikke effekten på lang sikt.	Rett etter kurset (opptil 1 mnd.)	Liten 	Liten 	0,34 SMD <sup>1</sup> høyere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,12 til 0,81)*
	På kort sikt (under 1 år)	Liten 	Liten <sup>2</sup> 	0,31 SMD <sup>1</sup> lavere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,96 til 0,34)*
	På middels sikt (1-3 år)	Liten/ingen 	Middels <sup>2</sup> 	0,13 SMD <sup>1</sup> lavere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,29 til 0,03)*
	På lang sikt (over 3 år)			Ingen studier

\* Tallene i parentes viser feilmarginen (95 % konfidensintervall) - et mål på hvor usikkert resultatet er på grunn av tilfeldigheter. <sup>1</sup> Forfatterne laget metaanalyser av effekt og brukte Standardized Mean Difference (SMD). SMD er brukt fordi primærstudiene har målt utfallene på ulike måter (bruk av ulike skåringsinstrumenter). Når vi forenkler tolkningen av SMD er 0,2 er en «liten effekt», 0,5 er en «moderat effekt» og 0,8 er en «stor effekt» <sup>2</sup> Vi har vurdert tillit til resultatet

## Resultattabell 2. Foreldreveiledningskurs – uavhengige observatørens vurdering av effekt på samspill

Resultater: hva skjer?	Hvor lenge etter kurset?	Hvor stor forskjell?	Tillit til resultatet	Hva er tallene bak?
<b>Negativ atferd i samspill foreldre-barn</b> Foreldrekurs reduserer trolig negativ atferd i samspillet mellom foreldre og barn rett etter kurset og på kort sikt. På middels lang sikt vil trolig effekten være liten eller ingen. Vi vet ikke effekten på lang sikt.	Rett etter kurset (opptil 1 mnd.)	Liten forskjell 	Middels 	0,22 SMD <sup>1</sup> lavere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,39 til -0,06)*
	På kort sikt (under 1 år)	Liten 	Middels <sup>2</sup> 	0,20 SMD <sup>1</sup> lavere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,43 til 0,02)*
	På middels sikt (1-3 år)	Liten/ingen 	Middels <sup>2</sup> 	0,03 SMD <sup>1</sup> lavere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,17 til 0,11)*
	På lang sikt (over 3 år)			Ingen studier
<b>Positiv atferd i samspill foreldre-barn</b> Foreldrekurs øker trolig positiv atferd i samspillet mellom foreldre og barn rett etter kurset og på kort sikt. Vi vet ikke effekten på middels og lang sikt	Rett etter kurset (opptil 1 mnd.)	Liten/middels 	Middels 	0,48 SMD <sup>1</sup> høyere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,17 til 0,79)*
	På kort sikt (under 1 år)	Liten 	Middels <sup>2</sup> 	0,32 SMD <sup>1</sup> høyere hos de barna hvor foreldrene får foreldrekurs (-0,07 til 0,72)*
	På middels sikt (1-3 år)			Ingen studier
	På lang sikt (over 3 år)			Ingen studier

\* Tallene i parentes viser feilmarginen (95 % konfidensintervall) - et mål på hvor usikkert resultatet er på grunn av tilfeldigheter. <sup>1</sup> Forfatterne laget metaanalyser av effekt og brukte Standardized Mean Difference (SMD). SMD er brukt fordi primærstudiene har målt utfallene på ulike måter (bruk av ulike skåringsinstrumenter). Når vi forenkler tolkningen av SMD er 0,2 er en «liten effekt», 0,5 er en «moderat effekt» og 0,8 er en «stor effekt» <sup>2</sup> Vi har vurdert tillit til resultatet

### BAKGRUNN

Foreldre spiller en vesentlig rolle i å styrke sine barns psykososiale utvikling. Noen foreldre kan trenge hjelp til å mestre foreldrerollen, og en av mulighetene som finnes er å tilby dem foreldreveiledning eller kurs i grupper. Hvor effektive og suksessfulle slike kurs er, har vært usikkert. Derfor har en internasjonal forskergruppe nå gjennomgått 24 studier av foreldreveiledningskurs i både generelle befolkninger og risikogrupper.

### Hva er foreldreveiledning?

Gruppebasert foreldreveiledning er standardiserte kursopplegg med avgrenset varighet og tematikk. Hensikten er å forbedre forholdet mellom foreldrene og barna, og å forebygge eller redusere forskjellige følelses- og atferdsmessige problemer. Kursene bygger på ulike teoretiske tilnærminger, som kognitiv teori, atferdsteori og sosial læringsteori. Et typisk kurs går over åtte til tolv uker, og innebærer bruk av metoder

som rollespill, demonstrasjonsvideoer, diskusjon og hjemmearbeid. I Norge tilbys blant annet kursene på helsestasjoner, i barnehager, hos familievern og i psykisk helsevern for barn og unge. Barne-, ungdoms- og familieetaten informerer om de ulike kursene i offentlig regi for par og foreldre på internett (<http://www.bufdir.no/>).

Les mer fra omtalen på:  
<http://www.kunnskapscenteret.no/publikasjoner>

### KILDE

Barlow J, Bergman H, Kornør H, Wei Y, Bennett C. Group-based parent training programmes for improving emotional and behavioural adjustment in young children. Cochrane Database of Systematic Reviews 2016, Issue 8. Art. No.: CD003680.