

Foreldre som ressurs i behandlingen



Silje M. Ormhaug Ormhaug
s.m.ormhaug@nkvts.no

Else Merete Fagermoen Fagermoen

Pernille Gurandsrud Gurandsrud

Kristin J. Haabrekke Haabrekke

Tine K. Jensen Jensen

Marie L. Knutsen Knutsen

Heidi Maria Päivärinne Päivärinne

Foreldreledet behandling kan supplere psykiske helsetjenester



Silje Morup Ormhaug (Foto: Kristoffer Sandven)

Vi har fulgt debatten om produktivitet og mer effektiv utnyttelse av psykologers kompetanse i psykiske helsetjenester med interesse. Vi mener at både Egeland (2023) og Kraft og Halvorsen (2023) har rett i at psykologer må bruke sin kompetanse på en mer effektiv måte, men mener også, i tråd med Håland (2023), at effektivitet ikke må gå på bekostning av kvalitet. I likhet med Hauck (2024) har vi erfart at delegering av behandlingsansvar kan være en god løsning, men vårt innspill er at dette ikke betyr at psykologer må slutte å jobbe terapeutisk. Ved å inkludere foreldre som ressurs i behandlingen ser vi at vi kan få begge deler.

Tidlig hjelp er lønnsomt

Å tilby hjelp tidlig, før vansker utvikler seg til å bli mer alvorlige, er det mest lønnsomme vi gjør. Dette har stor gevinst både for individet og for samfunnet som helhet. Styrking av lavterskeltilbud og økt forebyggingsfokus gjennom førstelinjen er skritt i riktig retning, men det er fortsatt et stykke igjen å gå. En nylig rapport fra Riksrevisjonen viser at det er store geografiske forskjeller og mangel på kunnskapsbaserte behandlingsmetoder i kommunale tjenester (Riksrevisjonen, 2021). Det innebærer at vi ikke vet om hjelpen som tilbys, faktisk er hjelpsom.

Nye metoder nødvendig



Foreldreledet behandling er en ny og lovende måte å jobbe på. Denne behandlingsformen skiller seg fra foreldreveiledning ved at foreldre får en stor del av ansvaret for å gjennomføre de endringsskapende oppgavene med tett veiledning fra en terapeut. Per i dag finnes det flere metoder som er utviklet for barn med angst, og som har vist gode resultater internasjonalt (Creswell et al., 2022). I Norge er for tiden Nasjonalt utviklingssenter for barn og unge (NUBU) i gang med en studie av en foreldreledet behandling for barn som viser engstelse, tristhet og/eller mye sinne. På Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) foregår en utprøving av foreldreledet behandling for traumeutsatte barn i kommunehelsetjenesten (Ormhaug et al., 2022). Sistnevnte metode, Trinnvis sammen, viser så langt lovende resultater (Salloum et al., 2022).

Foreldreledet behandling gir flere gevinster

Vi ser at det å bruke foreldre som ressurs gir flere gevinster:

- Behandlingen bidrar til å styrke foreldrenes agens, de får økt forståelse for hva barna strever med, og hvordan de best kan hjelpe. Foreldrene i NKVTS sin pilotstudie rapporterte at de i tillegg til å få redusert sine egne plager opplevde at relasjonen til barnet ble styrket (Fagermoen et al., 2023; Fagermoen et al., 2024). Dette kan igjen virke forebyggende dersom barnet får nye vansker på et senere tidspunkt.
- Foreldreledet behandling frigjør kapasitet hos psykologer. Dermed kan de bruke sine ressurser på de familiene som trenger det mest – uten at de som trenger litt mindre hjelp, må vente til vanskene har blitt store nok.
- Manualbaserte metoder kan med hell brukes av terapeuter med andre yrkesbakgrunner. I NKVTS sin pilotstudie så vi at både psykiatriske sykepleiere, kliniske sosionomer og vernepleiere veiledet behandlingsforløp med like stor suksess som psykologene.

Forskning i førstelinjen er viktig

Studiene til NUBU og NKVTS er rettet mot barn i før- og småskolealder, og vi håper å se flere lignende studier fremover, der også andre metoder, for andre målgrupper, blir testet ut. Vår erfaring er at kommunene er ivrige i å bidra til utvikling av ny kunnskap.

Med større trykk på tjenestene uten tilfang av flere midler må vi se hvordan vi kan ta i bruk tilgjengelige ressurser best mulig. Foreldreledet behandling er ett bidrag for å få dette regnestykket til å gå opp.

Merknad: alle forfatterne av dette innlegget er tilknyttet Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS)

Referanser

Creswell, C., Chessell, C. & Halliday, G. (2022). Parent-led cognitive behaviour therapy for child anxiety problems: overcoming challenges to increase access to effective treatment. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 51(6), 512–532. <http://dx.doi.org/10.1017/s1352465822000546>

- Egeland, R. (2023, 8. august). Hvordan kan vi jobbe smartere? *Tidsskrift for Norsk psykologforening*.
<https://psykologtidsskriftet.no/debatt/2023/08/hvordan-kan-vi-jobbe-smartere>
- Fagermoen, E. M., Jensen, T. K., Martinsen, M. & Ormhaug, S. M. (2023). Parent-Led Stepped Care Trauma Treatment: Parents' Experiences With Helping Their Child Recover. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 16(4), 1–13. <http://dx.doi.org/10.1007/s40653-023-00537-x>.
- Fagermoen, E. M., Skjærvø, I., Birkeland, M. S., Jensen, T. K. & Ormhaug, S. M. (2024). The bidirectional associations between caregiver and child symptoms in the parent-led treatment stepping together for children after trauma. *Behaviour Research and Therapy*, (173) 104459. <http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2023.104459>.
- Hauck, T. (2024, 2. januar). Delegering kan fungere. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 61(1), 48–49. <https://psykologtidsskriftet.no/debatt/2024/01/delegering-kan-fungere>
- Håland, E. (2023, 1. desember). Samlebåndsterapi er ikke svaret. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 60(12), 880–881. <https://psykologtidsskriftet.no/debatt/2023/12/samlebandsterapi-er-ikke-svaret>
- Kraft, B. & Halvorsen, J. Ø. (2023, 27. oktober). Psykologer må bli mer produktive. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 60(11), 730–733. <https://psykologtidsskriftet.no/kronikk/2023/10/psykologer-ma-bli-mer-produktive>
- Ormhaug, S. M., Skjærvø, I., Fagermoen, E. M. K., Gurandsrud, P., Haabrekke, K. J., Knutsen, M. L., Næss, A., Päivärinte, H. M. & Jensen, T. K. (2022). *Tidlig hjelp til traumeutsatte barn - Utprøving av Trinnvis TF-CBT i kommunale tjenester for barn og unge. Oppsummering av resultater fra en gjennomførbarhetsstudie*. Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress. <https://www.nkvt.no/content/uploads/2022/10/Tidlig-hjelp-til-traumeutsa...>
- Riksrevisjonen (2021). *Riksrevisjonens undersøkelse av psykiske helsetjenester*. Dokument 3:13 (2020–2021).
- Salloum, A., Lu, Y., Chen, H., Quast, T., Cohen, J. A., Scheeringa, M. S., Salomon, K. & Storch, E. A. (2022). Stepped Care Versus Standard Care for Children After Trauma: A Randomized Non-inferiority Clinical Trial. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 61(8), 1010–1022. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2021.12.013>

