

Forældretræning i familier med ADHD

- Evaluering af ADHD-foreningens forældretræningsprogrammer

November 2011



Forældretræning i familier med ADHD

- Evaluering af ADHD-foreningens forældretræningsprogrammer

Konsulent Christiane Bundegaard Petersen
christiane.petersen@stab.rm.dk

Student Betina Falkesgaard Højen
betina.hoejen@stab.rm.dk

Folkesundhed og Kvalitetsudvikling
Olof Palmes Allé 15
8200 Århus N
Telefon: 78 41 40 38

Publikationsnr. 11-022

Indholdsfortegnelse

RESUMÉ	1
VÆSENTLIGE RESULTATER	1
METODE	2
VIRKNINGSBESKRIVELSE	2
VIRKNING AF FORÆLDRETRÆNINGEN	2
ÆNDRING AF FORÆLDREROLLEN	3
OPLEVELSEN AF SIG SELV SOM FORÆLDER	6
FORSTÅELSE FOR BARNETS VANSKELIGHEDER	8
KONFLIKTER OG OVERSKUD I HVERDAGEN	8
BARNET	10
NETVÆRK OG OMVERDEN	12
INSTITUTIONER	13
UDVIKLINGSMULIGHEDER	15
DELTAGEREVALUERINGER AF KURSUSGANGE	15
DELTAGERKRITERIER	16
EMNER	16
MATERIALE	17
REDSKABER	17
TILRETTELÆGGELSE	17
Differentiering på holdet	17
Øvelser og tid	18
Erfaringsudveksling	18
Trænere og oplæg	19
FASTHOLDELSE AF UDVIKLING	19
NETVÆRK	20
TRÆNERE	20
ET FÆLLES ANSVAR SOM UDVIKLINGSMULIGHED	21
KONKLUSION	22
LITTERATUR	23
BILAG	24
BILAG 1: METODE	24
BILAG 2: SPØRGESKEMA TIL FORÆLDRE SOM DELTAGER I KURSET	25
BILAG 3: SVARFORDELING PÅ SPØRGSMÅL IKKE MEDTAGET I RAPPORTEN.	27

Resumé

Forældretræning til familier med børn med ADHD er et træningsprogram, som ADHD-foreningen har iværksat udvikling og gennemførelse af. Formålet med programmet er at sætte forældre bedre i stand til at håndtere de særlige udfordringer i familielivet, som er en konsekvens af barnets ADHD.

Internationale erfaringer¹ tyder på, at forældre til børn med ADHD har gavn af forældretræningsprogrammer. Programmerne er bygget op på forskellige måder, men grundlæggende er indholdet, at en gruppe forældre mødes jævnligt over en afgrænset periode for at modtage træning primært i adfærdsstrategier med henblik på en mere hensigtsmæssig håndtering af deres børn med ADHD.

Forældretræningen af forældre til børn med ADHD er et nyudviklet program. Træningen er forløbet over 12 kursusgange og er blevet foretaget af frivillige trænere med en professionel baggrund. Trænerne har forinden været igennem et uddannelsesforløb også iværksat af ADHD-foreningen, hvor de er blevet undervist i manualens indhold og er blevet klædt på til at kunne videreformidle dette.

I forældretræningen har der i alt deltaget 42 forældre fordelt på tre hold. Alle forældre har gennemført forløbet.

Der er foretaget evaluering af forældretræningsprogrammerne, resultaterne præsenteres i indeværende rapport. Evalueringen består af en virkningsmåling, som måler forældrenes udvikling på en række områder, suppleret med fokusgruppeinterviews ved afslutningen af hvert hold og derudover er der lavet tilfredshedsmålinger efter hver kursusgang.

VÆSENTLIGE RESULTATER

Forældretræningen har virket. Der har især været udvikling af større selvtillid hos forældrene, mere overskud i familierne, færre konflikter og bedre relationer til børnene. Værktøjerne fra forældretræningen har været anvendelige, og forældrenes tillid til redskabernes effekt er stor også fremadrettet.

Dette understøttes af forældrenes udvikling i løbet af programmet for eksempel ved, at de fleste forældre oplever, at de efter træningen håndterer hverdagen med barnet langt bedre, at de er blevet bedre forældre, og at børnene hører bedre efter hvad de siger.

Der er en tendens til, at de forældre, der har svaret i virkningsmålingerne tre og seks måneder efter træningen er afsluttet begynder at mangle idéer til positive ændring af deres forældrerolle og værktøjer til håndtering af barnet. Men de fleste forældre er alligevel sikre på, at de kan håndtere kommende adfærdsproblemer på egen hånd.

¹ Se fx Axberg m.fl. (2007), Fossum m.fl. (2009), Drugli m.fl. (2009), Webster Stratton m.fl. (2011)

Metode

Ved projektets start blev der udarbejdet en programteori, som beskriver projektets samlede aktiviteter og mål samt indikatorer og succeskriterier for projektet. Udover at fungere som en detaljeret projektbeskrivelse tydeliggør programteorien den formodede sammenhæng mellem de forskellige aktiviteter, og hvad de forventede resultater er. Programteorien virker dermed som grundlag for tilrettelæggelsen af evalueringen af projektet. Programteorien kan rekvireres ved henvendelse til ADHD-foreningen.

Dataindsamlingen til evalueringen er foregået blandt deltagerne i forældretræningen i form af spørgeskemaer og fokusgruppeinterview. Til vurdering af virkningen af forældrenes deltagelse i træningsprogrammet er der udleveret i alt fire spørgeskemaer (se bilag2): ved kursets start, ved afslutningen af kurset samt efter tre og seks måneder. Dermed beskrives udviklingen i forhold til de fastsatte mål. Derudover præsenteres forældrenes egne beskrivelser af forældretræningens virkning fra fokusgrupper afholdt med alle tre forældretræningshold. En uddybende metodebeskrivelse kan findes i bilag 1.

Virkningsbeskrivelse

Virkningsmålingen kan give et indblik i forældrenes udvikling gennem forældretræningen og grad af fastholdelse efter træningen.

VIRKNING AF FORÆLDRETRÆNINGEN

Svarprocenten på de fire virkningsmålinger befinder sig indenfor de på forhånd fastsatte resultatmål for hver enkelt måling. Det var forventet at 100 % af deltagerne svarede på 1. spørgeskema, det passer med at 42 har udfyldt. I tredje måling var forventningen til svarprocenten at 75 % besvarede, 33 af 42 er 78,5 % så det er indenfor rammen. I tredje og fjerde måling var det forventet, at halvdelen af forældrene besvarede, hvilket er lykket, svarprocenten er 62 % på tredje måling og 55 % på fjerde måling.

Svarprocenten har stor betydning for, hvordan data fra forældretræningen kan læses. Det skal derfor pointeres, at næsten halvdelen af svarene mangler på fjerde måling, derfor vil svarfordelingen kunne flytte sig markant, hvis det fx er tilfældet, at det primært er ressourcestærke forældre, der har svaret. Vi har ikke mulighed for at lave en frafaldsanalyse i forhold til ressourcer hos forældrene, og vi kan ikke spore de enkelte besvarelser af hensyn til anonymiteten hos forældrene. Det er derfor vigtigt at tage forbehold i analysen og skele til antallet af svar i målingerne.

Antallet af svar fordelt på hver enkelt måling fremgår af parenteser ud for måling nummer på alle diagrammerne. Svarene er dog opgjort som procentvisse fordelinger, af hensyn til sammenligning på tværs af målingerne.

Vi kan se, hvilke hold der har svaret, og om flest mænd eller kvinder har svaret. Antallet af svar på de enkelte målinger er fordelt som angivet i tabellen nedenfor:

Antal svar fordelt på kursussted, måling nr. og køn

	1. måling (baseline)	2. måling	3. måling	4. måling
Vejle	13	12	9	11
Aalborg	15	12	8	7
Herlev	14	9	8	5

	1. måling (baseline)	2. måling	3. måling	4. måling
Mænd (i alt)	22	17	12	10
Kvinder (i alt)	20	16	14	13
Svar i alt	42	33	26	23

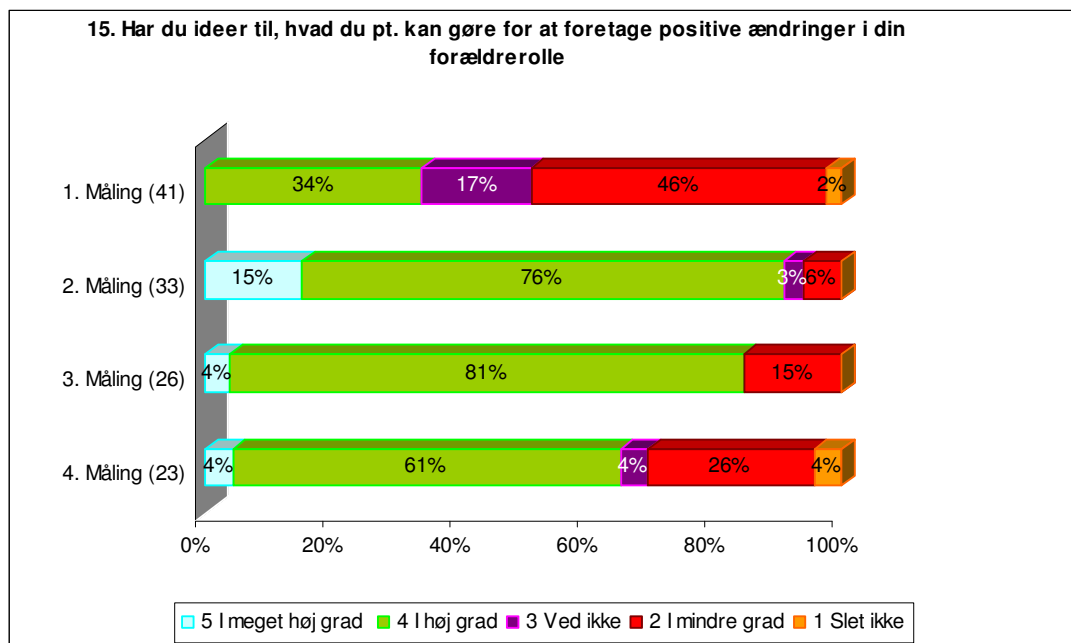
Forældrenes beskrivelser præsenteres i det følgende sammen med resultaterne fra virkningsmålingen fra spørgeskemaundersøgelsen. Citater stammer alle fra fokusgrupperne og er fra forældre, der har deltaget i ADHD-foreningens forældretræning i Vejle, Herlev eller Aalborg.

ÆNDRING AF FORÆLDREROLLEN

Først og fremmest er der mange forældre fra forældretræningen, der har oplevet, at de har ændret sig grundlæggende som forældre i takt med forældretræningen. Denne ændring har ifølge forældrene været positiv og nødvendig. Der er også forældre, som nærmere oplever, at de stadig er den samme forælder, men nu kan håndtere deres barn med ADHD med nye og bedre redskaber. Denne gruppe har oplevet, at de er blevet bedre klædt på til fx at håndtere vanskelige situationer.

Der er for alle forældre meget fokus på, at det ikke er barnet, der skal laves om, men forældrene, der kan imødekomme barnet anderledes, fx ved at "*æde nogle principper*", som en forælder beskrev det. En anden forælder, som oplevede, at det var ham, der skulle ændres, fortalte også at det ikke havde været nemt at ændre sig, men han betragtede det som en lang proces, som ikke er overstået endnu. En mor beskriver det på en anden måde, hun er blevet bedre til ikke altid at bebrejde sig selv på grund af sine fejl.

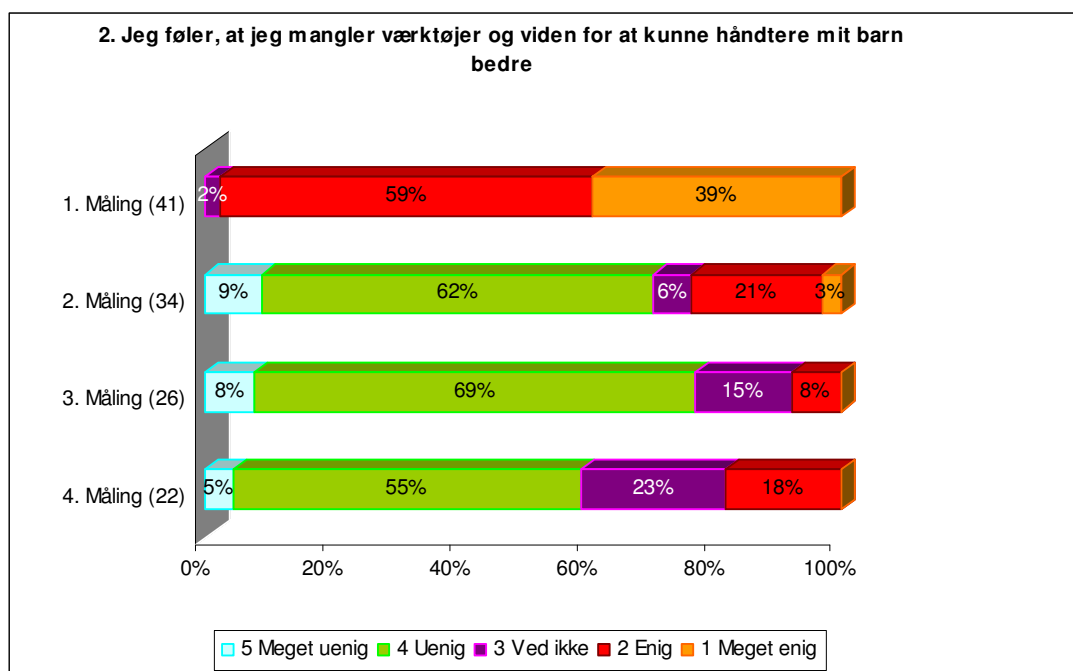
I virkningsmålingen har forældrene svaret på et spørgsmål om, i hvor høj grad de har idéer til, hvad de kan gøre for at foretage positive ændringer i deres forældrerolle. Svarfordelingen er angivet i diagrammet nedenfor. Her er det tydeligt at forældretræningen har haft betydning for forældrenes idéer, men det tyder samtidig på, at optimismen daler gradvist efter forløbets afslutning. Dette kan være et udtryk for at idéerne fra forældretræningen er ved at være brugt og forældrene mangler inspiration. Det kan dog også betyde, at der ikke længere er behov for at foretage positive ændringer i forældrerollen.



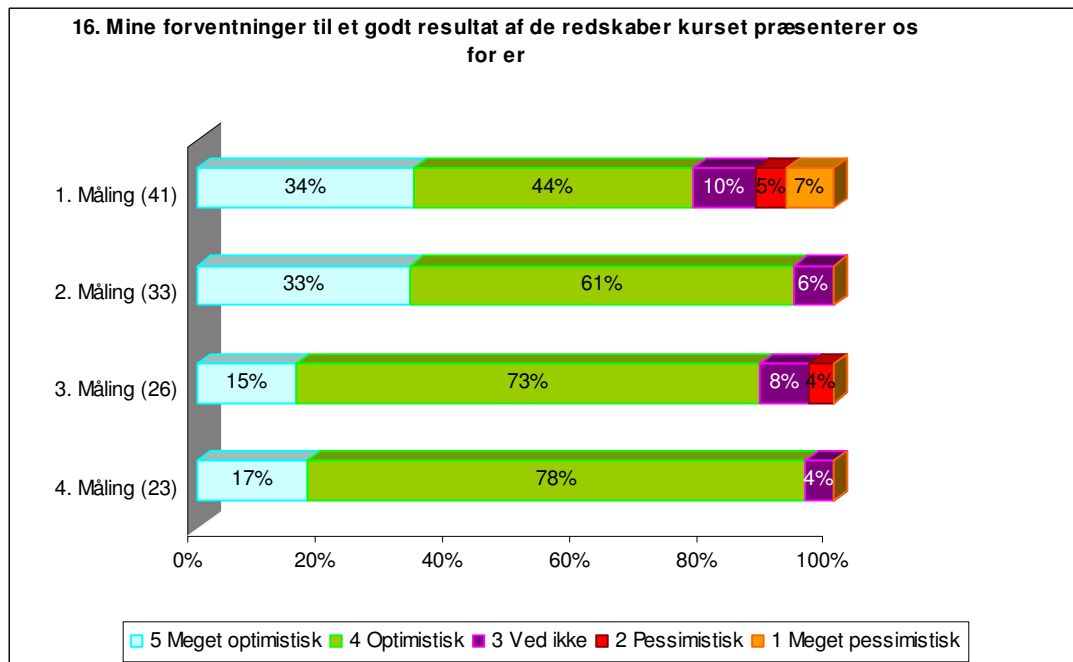
Ændringerne i forælderrollen beskriver forældrene som: at være blevet mere positiv i sproget frem for formanende; at undlade at bruge ordet *"ikke"* og tænke i at give barnet andre muligheder i stedet; være mere rolig overfor barnet, *"så nærmer man sig nemmere hinanden, end når man råber"*; stille spørgsmål på en anden måde og reagere med hele kroppen og følelser i stedet for bare at skælde ud. Anbefalingerne fra forældretræningen var, at forældrene skulle forholde sig roligt og neutralt i stedet for at skælde ud. Og prøve at reagere positivt på en konflikt, som fx at gå nysgerrig og omsorgsfuldt til konflikten.

Virkningsmålingen viser samtidig, at forældrene har fået redskaber i forældretræningen til at håndtere deres barn med ADHD (Spm2 nedenfor). 60 % af de forældre, der har svaret i 4. måling, angiver, at de *ikke* mangler værktøjer til at håndtere deres barn. I første måling oplevede *alle* forældre, at de manglede værktøjer til at håndtere deres barn, på nær en forælder, som var i tvivl.

Virkningsmålingen indikerer således, at forældrene i høj grad har fået redskaber til at håndtere deres rolle som forældre til et barn med ADHD gennem forældretræningen. Men der er også tegn på, at det er svært at fastholde inspirationen efter kurset, idet andelen af forældre, der mangler værktøjer og viden, stiger en smule et halvt år efter forældretræningen. Som med idéer til positive ændringer i forælderrollen kan dette skyldes, at værktøjerne er blevet afprøvet.



Forældrene bliver også spurgt om deres forventning til kurset i virkningsmålingen (Spm16 nedenfor). Ved fjerde måling er hovedparten optimistiske omkring resultatet af de redskaber, de er blevet præsenteret for på forældretræningskurset. Forældrene har altså fastholdt og øget troen på et godt resultat af de redskaber, de har fået i løbet af forældretræningen.



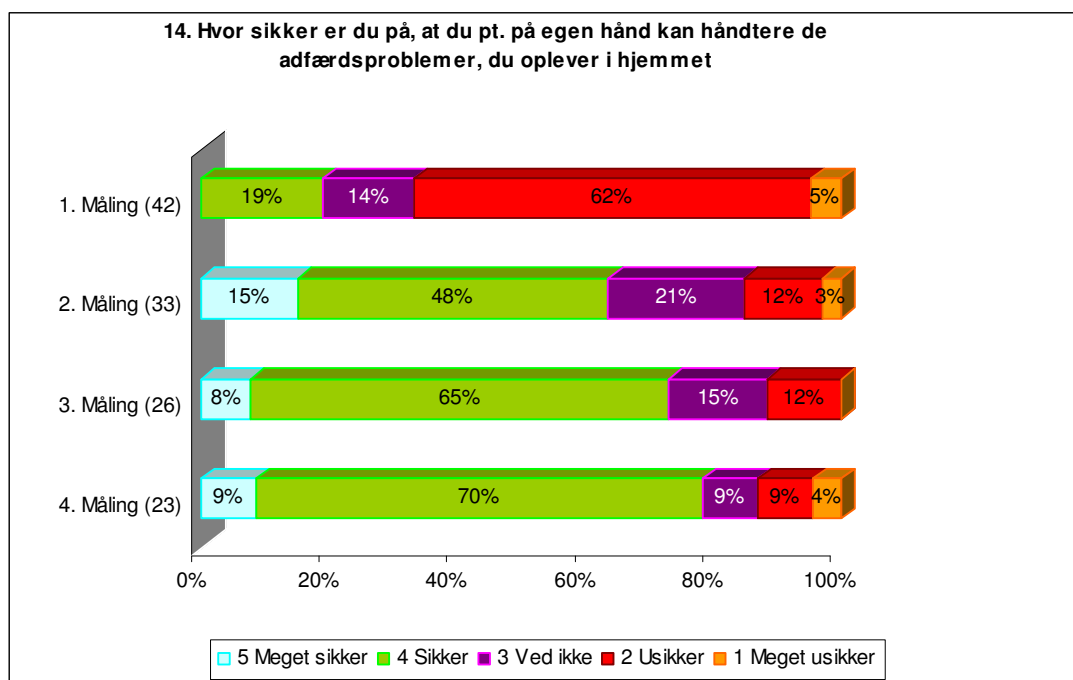
Forældrenes optimisme omkring positive resultater ved de erhvervede redskaber kombineret med, at 41 % enten mangler værktøjer eller ikke ved, om de mangler værktøjer et halvt år efter forældretræningen, kan være et udtryk for, at der efterfølgende er opstået situationer, som ligger udenfor emnerne til forældretræningen. Det kan også skyldes at forældrene efterhånden er kommet igennem alt materialet fra forældretræningen og er blevet vant til at have et repertoire af værktøjer at afprøve på forskellige situationer.

Vi kan konkludere, at forældrene har fået anvendelige værktøjer til at håndtere deres barn med ADHD gennem forældretræningen, og de fleste forældre har stadig oplevelsen af, at de ikke mangler værktøjer et halvt år efter træningen er afsluttet. Samtidig er alle forældrene overvejende optimistiske omkring forventningerne til et godt resultat med værktøjerne.

OPLEVELSEN AF SIG SELV SOM FORÆLDER

En forælder fortæller, hvordan hun har fået mere tillid til sig selv som forælder og på den måde er blevet mere ligeglad med, hvad omverdenen tænker. Det har givet hende plads til at følge sin intuition og mavefornemmelse noget mere. Mange forældre stemte i, det havde generelt været en stor lettelse for forældrene at få redskaber, som de havde indtryk af var afprøvede, og som de derfor vidste skulle virke.

Den positive udvikling i forældrenes selvtillid afspejles også i virkningsmålingens spørgsmål 14 nedenfor. Ved første måling var 67 % af forældrene usikre eller meget usikre på om de på egen hånd kunne håndtere de adfærdsproblemer de oplevede i hjemmet. Ved afslutningen af forældretræningen (anden måling) var dette allerede konverteret til, at 63 % af forældrene var sikre eller meget sikre på at de kunne håndtere udfordringerne. Denne udvikling er blot blevet endnu mere positiv ved 3. og 4. måling.



Ud over at det ser ud til, at forældrene har fået mere selvtillid kan den positive udvikling i figuren ovenfor også være et tegn på at børnenes adfærdsproblemer er blevet mere moderate, på grund af forældrenes tilegnede strategier fra forældretræningen.

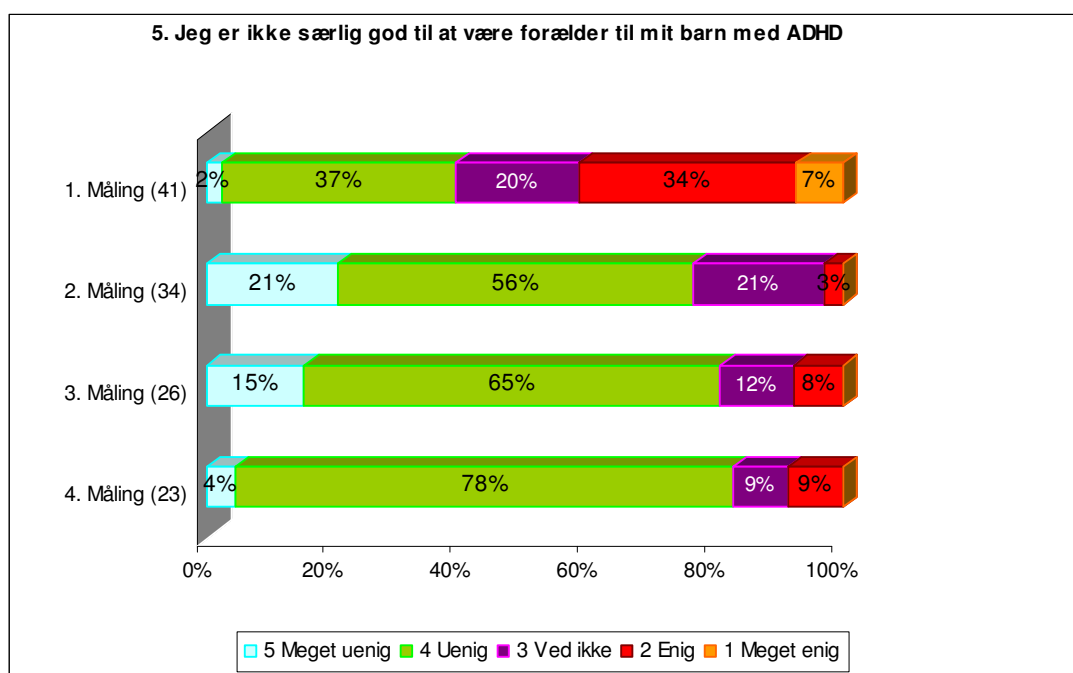
Forældretræningen har haft stor betydning overfor omverdenen, der ifølge forældrene fx har tendens til at rulle med øjnene overfor forældre, der ignorerer deres børn, der kravler på væggene eller laver andre måske vilde men harmløse lege. *"Før sagde man nej, hvis der var noget man ikke ville have. Nu har man lært: Hvad kan der ske ved at mit barn får lov til*

det?”. Generelt er forældrene blevet bedre til at håndtere situationen, når deres barn udviser negativ adfærd i selskab med andre. En beskriver, at når man kender sit barns behov, er det nemmere at forklare behovet for andre, og oplevelsen er, at det kan andre forholde sig til.

Det er generelt vigtigt for forældrene til børn med ADHD i forældretræningen at få forståelse fra omverdenen. De fleste oplever, at det er meget stigmatiserende at have børn med ADHD, fordi børnene ofte er meget tydelige og handicappet skjult. Det er forældrenes oplevelse, at mange mennesker tror, at børnenes opførsel er forældrenes skyld. En forælder havde oplevet sine egne forældre sige: *”Jamen I har heller ikke sat nok grænser”* og havde mange gange hørt *”Kan I ikke lige styre hende?”* fra andre. Disse forældre havde mistet et vennepar på grund af barnets diagnose. En anden forælder havde oplevelsen af, at forældrenes venner ikke havde fået bedre forståelse for deres barn, men at hun selv havde fået bedre selvtillid til at trække på skuldrene overfor kommentarer: *”Før var jeg usikker og vidste ikke hvad man skulle gøre. Jeg havde ikke nogen bedre forslag – det har jeg nu. Nu behøver jeg ikke deres accept, for jeg ved selv, hvad der virker.”*

Virkningsmålingen tyder også på at kendskabet til barnets særlige behov og håndteringsstrategier til udfordringerne har betydning for hvordan forældrene oplever sig selv som forældre. I spørgsmål 5 nedenfor ses det, at der ved kursets start var 41 % af forældrene, der var enige i, at de ikke er særlig gode forældre. Ved fjerde måling er der til gengæld 82 %, der er uenige i dette udsagn.

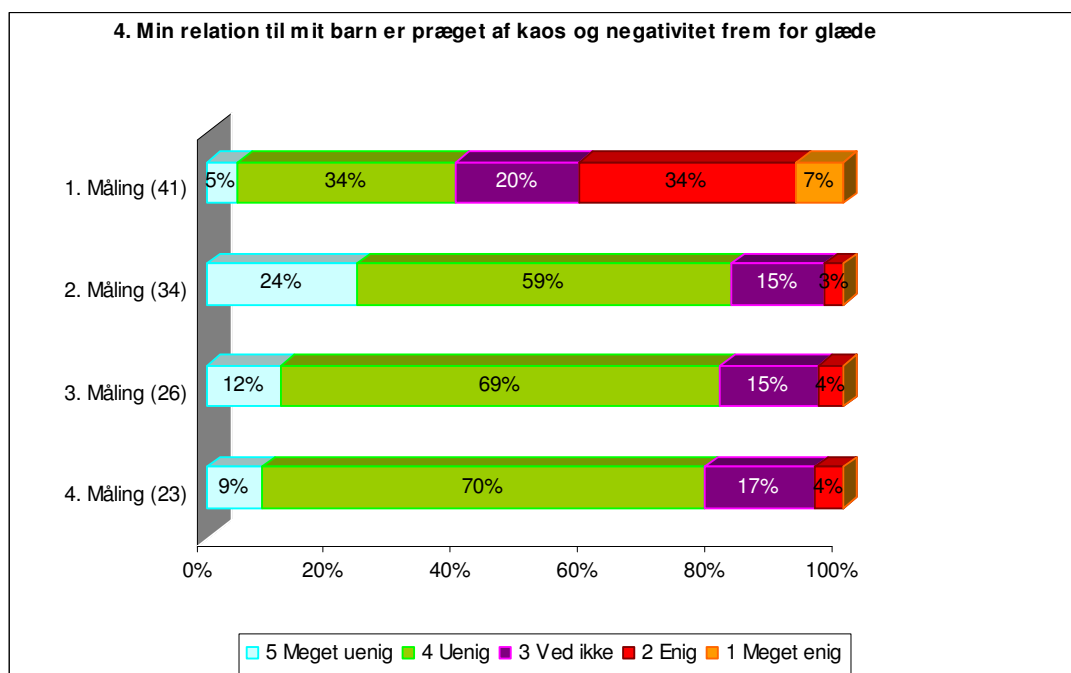
En lignende udvikling ses i virkningsmålingens spørgsmål 1 (se figur i bilag 3) hvor 67 % af forældrene indledningsvist er enige i, at de ikke klarer hverdagen særlig godt, og et halvt år efter forældretræningen er det 67 %, der er uenige i, at de ikke klarer hverdagen særlig godt.



FORSTÅELSE FOR BARNETS VANSKELIGHEDER

Der var mange forældre, som beskrev, at de havde ændret deres krav til barnet, stort set alle forældre havde fået en bedre forståelse for deres børns vanskeligheder, og ikke mindst at forældrene skal tage hensyn til vanskelighederne. Det har for mange forældre betydet, at de føler, at de forstår deres barn bedre i dag. Det er på den baggrund også blevet nemmere for forældrene at forudsige, hvordan barnet vil reagere og derfor forberede sig på det og være på forkant. Der er især en del fædre i forældretræningen, som gennem bedre forståelse for deres barn er blevet mere fleksible overfor konflikter, det er blevet nemmere at vælge konflikter fra. En far beskriver: *"Før vidste man ikke altid, hvordan man skulle agere overfor barnet. Nu står man mere sikkert på det, da man har fået værktøjer. Før var man i tvivl, om det var det rigtige at gøre."* En anden beskriver sin oplevelse af udviklingen i familie hierarkiet: *"Før følte jeg ikke nødvendigvis, at jeg var i toppen og havde styringen, det gør jeg heller ikke altid nu, men jeg føler i det mindste, at jeg er den, der kan vise vejen."*

Forældrenes relation til barnet er da også blevet præget mindre af kaos og mere af glæde gennem forløbet, hvilket afspejler sig i virkningsmålingens spørgsmål 4 (se figur nedenfor).



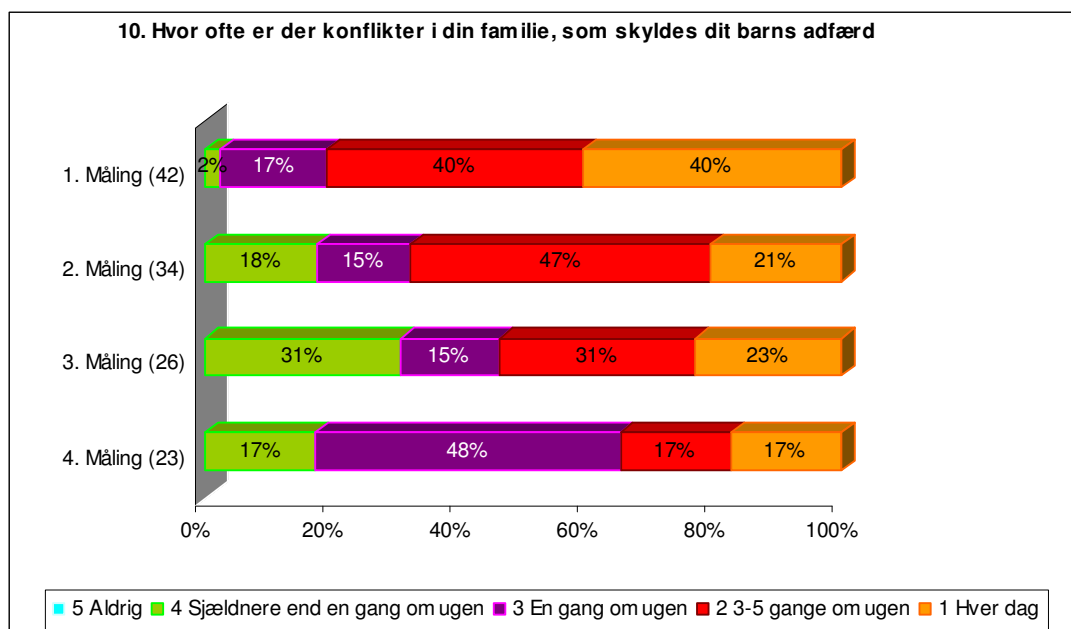
Forældretræningen har desuden for både samboende og ikke samboende forældrepar betydet, at de langt nemmere kan koordinere deres indsats overfor barnet. Der var enighed blandt forældrene om, at det var af afgørende betydning, at begge parter omkring barnet deltog i træningen. Usikkerhed og tvivl om, hvad barnets behov er, og hvordan forældrene vælger den rigtige vej, kan meget nemt føre til konflikter mellem forældre. Og det kan især være svært at finde en fælles linje, når forældrene ikke bor sammen.

KONFLIKTER OG OVERSKUD I HVERDAGEN

Udviklingen i forbindelse med forældretræningen har som beskrevet ovenfor for alle forældres vedkommende givet dem en større forståelse for deres barns vanskeligheder, hvilket i sig selv har givet en lettere hverdag med langt færre konflikter. For de fleste

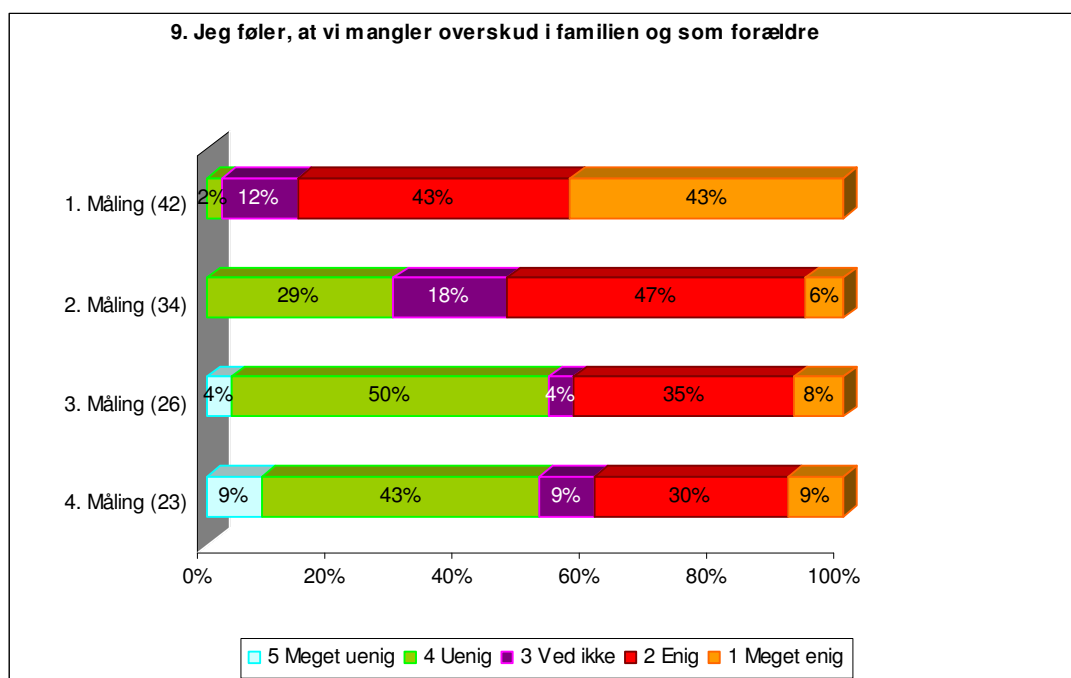
forældre har det generelt betydet mere ro i familien og at alle familiemedlemmer har det bedre. På den måde har det været en befrielse at følge de faste regler og strukturer, selvom det også er hårdt arbejde. Mange forældre nævner især, at stressniveauet er dalet om morgenen ofte på grund af en god struktur, og at forældrene er blevet bedre til at tage hensyn til barnets ADHD, når de stiller krav (eller undlader at stille krav) til børnene.

Virkningsmålingen viser desuden at antallet af konflikter i familien er dalet under forældretræningen og den positive udvikling fortsætter efter træningen. Et halvt år efter forældretræningen er afsluttet, angiver 65 % af forældrene der har svaret, at der er konflikter i deres familie på grund af barnets adfærd 1 gang om ugen eller mindre. Inden forældretræningen mente 80 % af forældrene at deres barns adfærd var årsag til 3-5 konflikter eller flere om ugen. Det er et temmelig stort dyk i antal konflikter, men 34 % af forældrene angiver stadig, at deres barns adfærd er årsag til 3-5 eller flere konflikter hver uge. Ligesom der er 43 % af de forældre, der svarer, som er enige i, at deres barn ofte gør ting, der gør dem vrede og kede af det et halvt år efter træningen (se bilag 3).



Generelt er der blevet mere overskud i familierne. I fokusgrupperne blev der primært fokuseret på, at overskuddet pludselig også gav plads til søskende i familien, fordi barnet med ADHD nu bliver rummet og anerkendt på en konstruktiv måde i familien. En mor fortæller, at hun har fået overskud til at rose de større søskende for deres hensyn og håndtering af den lille med ADHD. Andre har oplevet, at deres større børn har taget redskaber til sig og selv bruger dem overfor den lille.

I virkningsmålingens spørgsmål 9 nedenfor ses, hvordan familierne har fået mere overskud gennem forældretræningen. Da forældrene startede i forældretræning, var der kun 2 %, som angav, at de ikke manglede overskud. 86 % var enige eller meget enige i at de manglede overskud og 12 % vidste ikke hvad de skulle svare på spørgsmålet. Familiernes overskud ser meget bedre ud nu et halvt år efter træningen. Det er stadig ikke alle forældre der har fået overskud, men 52 % angiver, at de er uenige eller meget uenige i, at de mangler overskud, hvilket er en imponerende stigning. Over halvdelen af forældrene oplever altså ikke længere, at de mangler overskud.

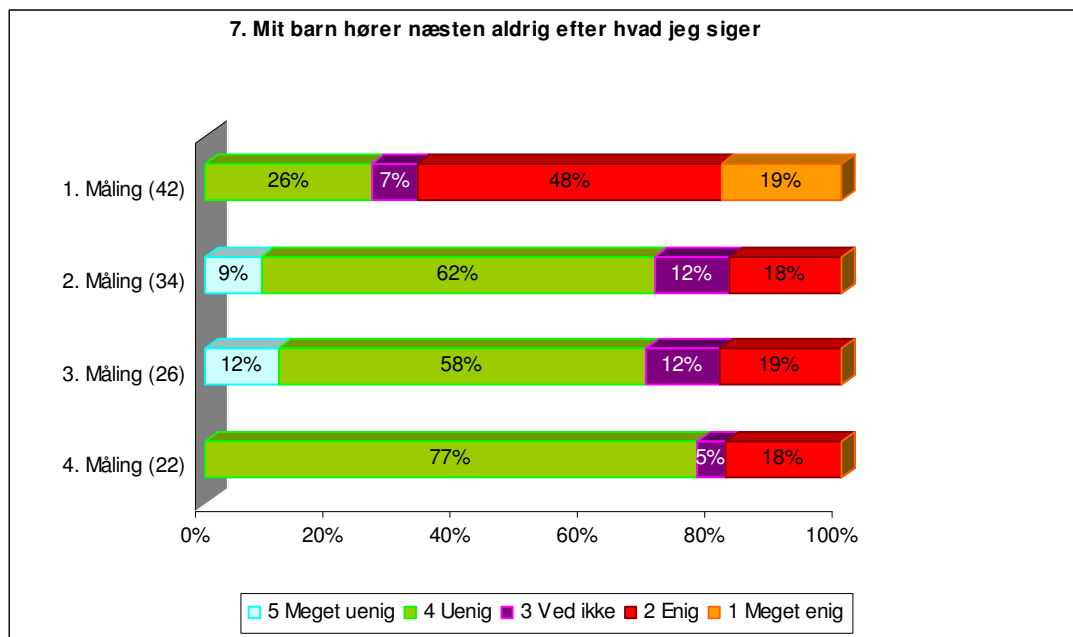


Mange forældre oplever, at forældretræningen har betydet, at der er blevet mere plads til det barn, der ikke har ADHD. Der er blevet tid til også at huske barnet uden vanskeligheder, en forælder fortæller, at hun tidligere var tilbøjelig til at tænke om lillesøsteren, at: *"hun er jo selvkørende"*. En anden forælder oplever, at det overskud, som forældretræningen har givet i familien, har gjort, at storebroderen til barnet med ADHD er kommet af med en masse han har haft indeklemmt, og som han har båret alene tidligere, fordi lillebror skulle have opmærksomhed. Nu vælter det hele frem, og det er hårdt for forældrenes samvittighed, de ved godt, at deres opmærksomhed har været på lillebroderen, men nu er der blevet plads til storebroderen, og det er positivt fremadrettet.

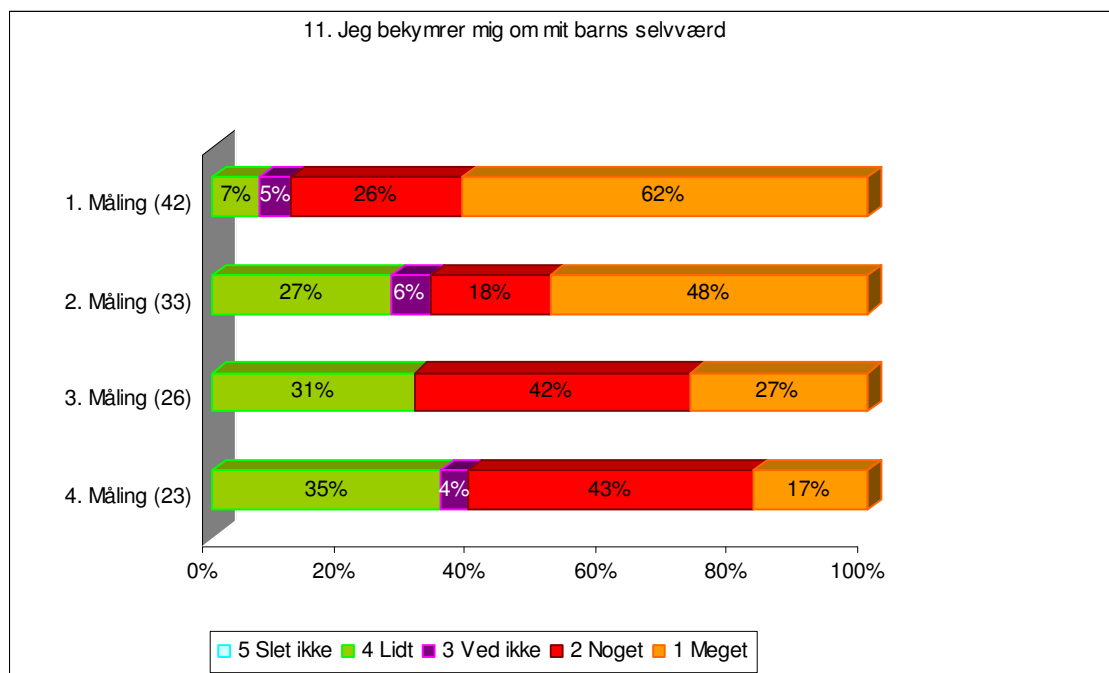
BARNET

Forældrene i forældretræningen havde generelt den opfattelse, at det var dem, der enten skulle ændre sig eller lære nye redskaber til at håndtere deres barn, derfor blev der ikke talt så meget i fokusgrupperne om, hvordan barnet havde ændret sig som resultat af forældrenes nye strategier. Der blev dog nævnt nogle områder, hvor der havde været udvikling hos barnet i mange familier. Flere har fx oplevet, at deres barn er blevet mindre aggressivt, men forældrene har samtidig også lært at vælge konflikter med omhu, og være mere large overfor barnet.

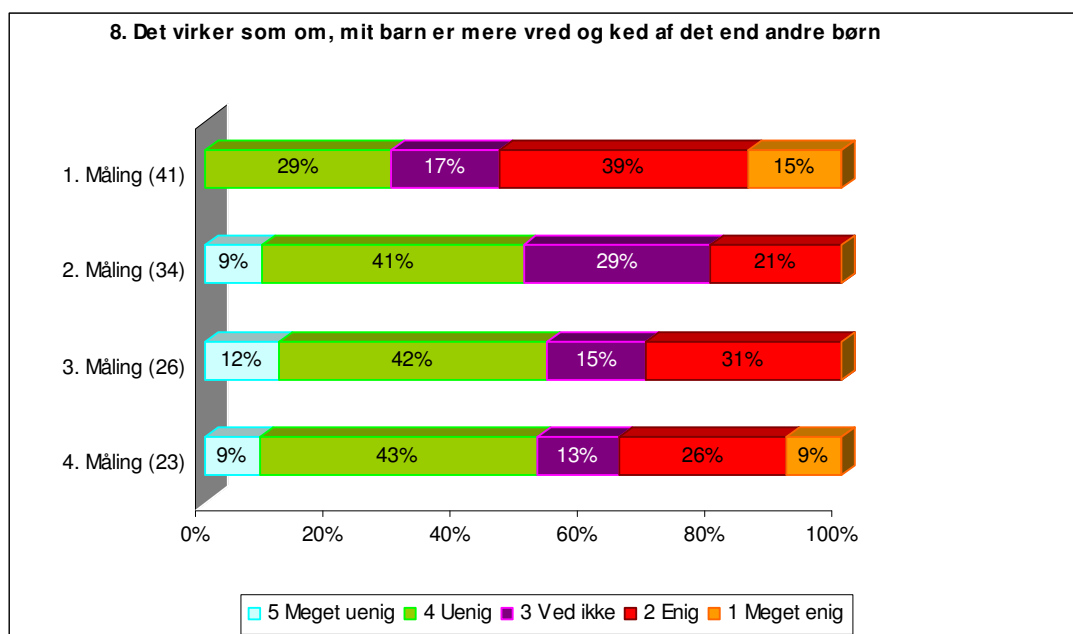
I virkningsmålingen svarer forældrene på deres oplevelse af barnets lydhørhed. Målingen viser at andelen af forældre, der oplever at deres barn hører efter, er gået fra 26 % inden forældretræningskurset, til 77 % et halvt år efter træningen er afsluttet. Samtidig oplever 18 % af forældrene, at deres barn næsten aldrig hører efter. Ved kursets start var det 67 % af forældrene, der var enige eller meget enige i, at deres barn aldrig hører efter. Eftersom forældretræningen ikke har trænet børn, og forældrene har været indstillet på at ændre sig, skyldes børnenes øgede lydhørhed sandsynligvis forældrene. Forældrene har gennem træningen lært at tale mere positivt og behageligt til børnene, og det honorerer børnene ses i spørgsmål 7 nedenfor.



I fokusgrupperne fortalte forældrene blandt andet om børnenes udvikling, at nogle er blevet mere reflekterende og bedre til at håndtere følelser. Der er en del forældre, der har oplevelsen af, at deres børn kan klare mere, når de ikke også skal kæmpe med mor og far ud over deres vanskeligheder. Et forældrepar's barn er blevet interesseret i at lege med andre i skolen. Et andet par har oplevet en større fortællelyst hos deres barn, og forældrene får på den måde større indsigt i deres barns hverdag. En tredje forælder synes ikke, at hendes søn er så anspændt længere, han er begyndt at give spontane knus, og hun kan mærke, at han føler sig bedre forstået. Der er et forældrepar, hvis barn har fået en ekstra gymnastiktime hver dag i løbet af sin skoledag, og det har betydet, at barnet kan indgå i klassen i den øvrige tid. Nedenfor ses hvordan den positive udvikling har påvirket forældrenes bekymring for barnets selvværd.



I virkningsmålingen (Spm8 nedenfor) kan ses en udvikling i forældrenes oplevelse af deres børns frustrationsniveau. 52 % af forældrene er uenige eller meget uenige i, at deres børn er mere vrede og kede af det end andre børn et halvt år efter forældretræningen, hvorimod 29 % var uenige i samme påstand inden forældretræningen.

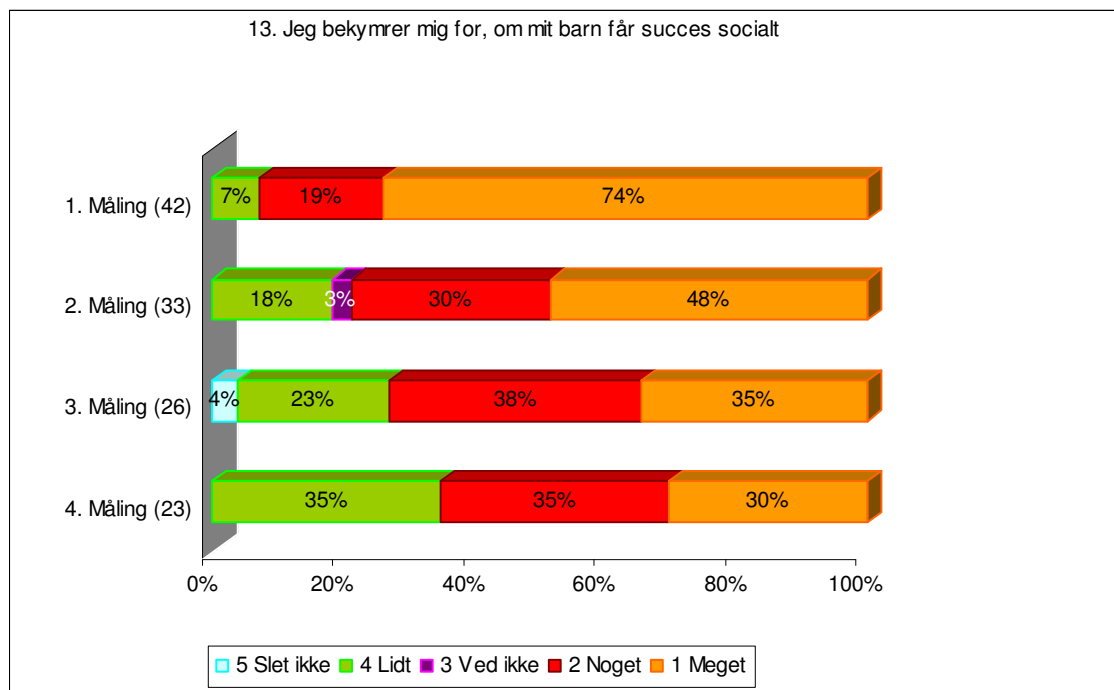


I fokusgrupperne er der en del forældre, der fortæller, at når de har barnet med til forskellige aktiviteter med andre mennesker, er barnet fuldstændig brugt bagefter. Barnet kan godt håndtere at være ude og opfører sig ordentligt, når barnet ved, at forældrene bakker op og ikke bliver vrede, men så får forældrene lige lidt ekstra, når de kommer hjem.

NETVÆRK OG OMVERDEN

Der er mange forældre i fokusgrupperne, der fortæller at de stadig oplever det som meget problematisk at tage deres børn med ud. Flere oplever, at bedsteforældregenerationen ikke har forståelse for, at de har et *skjult* handicap. Andre er begyndt at forberede deres omgangskreds eller folk, der kommer hos dem, på, at de nu håndterer nogle ting anderledes, fordi det giver færre konflikter. Det har betydet, at accepten fra omverden har været meget større, de oplever ikke nær så meget, at folk ruller med øjnene. Men det opleves af forældrene som om, at omverdenen har svært ved at forstå strategien at vende ryggen til.

I virkningsmålingen er forældrene blevet spurgt om de bekymrer sig om deres børn få succes socialt. Her er der ved første måling 74 % der var meget bekymrede, mens denne andel er faldet til 30 % ved fjerde måling. Alle forældrene bekymrer sig dog fortsat ved fjerde måling enten lidt, noget eller meget.



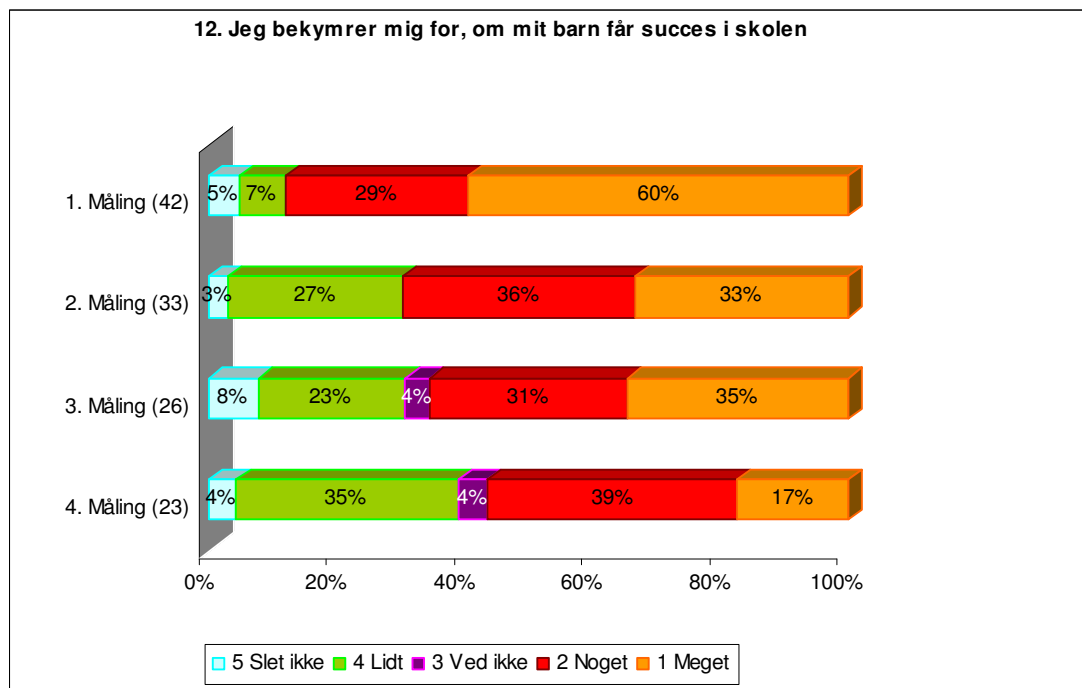
En forælder deltog i træningen sammen med en pårørende. Den pårørende anbefalede, at man udbyder kurser for pårørende, fordi han havde selv den holdning før deltagelse i forældretræningen, at moderen bare skulle sætte knægten på plads. Forældrene til børnene med ADHD har til gengæld ofte forståelse for, at der er manglende viden i omverdenen, mange af forældrene oplevede, at de selv ikke vidste noget inden de startede på kurset, på trods af, at deres barn er diagnosticeret.

Der er en del af forældrene, som oftest fravælger at tage ud med børnene, da det kan være svært at få det planlagt, så de kan være trygge ved det. Andre forældre får kun reaktionen derhjemme, og deres omgangskreds kan have svært ved at tro på, at der er noget galt med deres barn. En familie har oplevet at en bedstemoder mener, at det er forældrene, der har et problem, hun mener, at forældrene lever i en sygdomsverden, fordi de arbejder med at takle barnets ADHD bl.a. gennem deltagelse i forældretræningen. Så dette par oplever nærmest mindre forståelse end tidligere for deres håndteringer.

INSTITUTIONER

Det er holdningen hos mange forældre, at der burde tilføres mere viden om håndtering af ADHD til professionelle, der arbejder med børn i skoler og institutioner. Mange forældre oplever, at der mangler viden hos professionelle, og at det er for svært for dem at tage ved lære af forældre, der er blevet klogere på grund af et kursus.

Alligevel ses der en udvikling i virkningsmålingen i andelen af forældre der bekymrer sig om børnenes succes i skolen. 89 % af forældrene er noget eller meget bekymrede for om deres barn får succes i skolen ved baselinemålingen, den andel er faldet til 56 % et halvt år efter forældretræningen.



I fokusgrupperne fortæller mange forældre at den positive udvikling hos barnet i hjemmet betyder, at den negative udvikling i skolen/institutionen bliver større eller mere tydelig. De forældre, som har deres børn i specialtilbud, bliver betragtet som heldige, det er få forældre, som oplever, at de har et godt samarbejde med de almindelige dagtilbud omkring specialtilbud til deres barn. Der kan opstå problemer i samarbejdet, fordi forældrene gerne vil give den viden videre, de får i forældretræningen, og det er sjældent, at lærere og pædagoger kan tage imod. Forældrene kan ikke forstå, at de professionelle ikke vil belæres, når de nu oplever deres børn som kæmpe problemer til hverdag, og forældrene oplever, at de har fået en opskrift til at undgå, at børnene bliver til uløselige problemer.

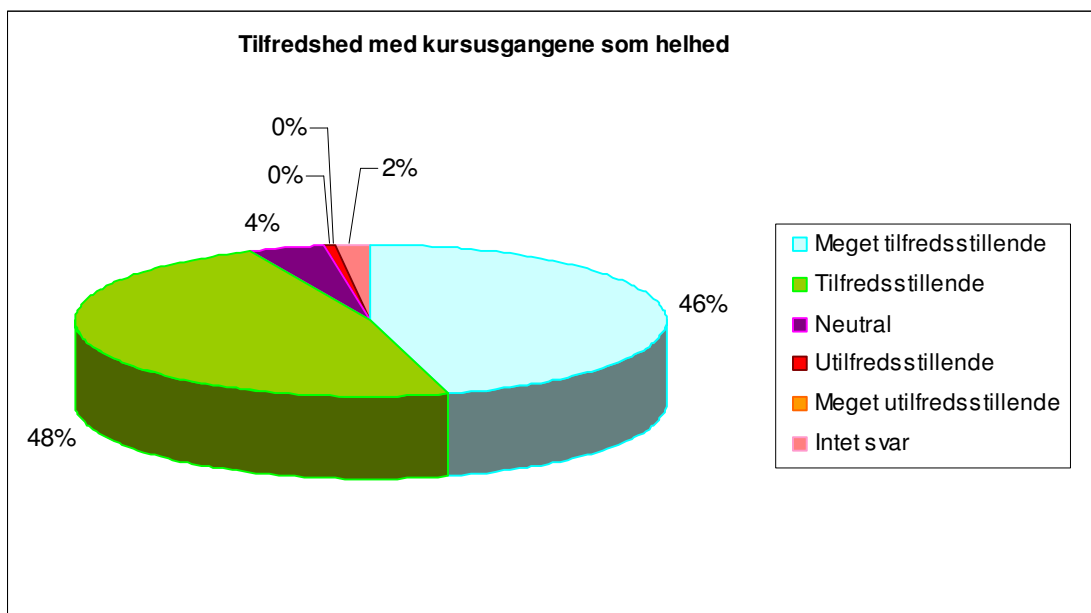
Der er forældre, som har et godt samarbejde med et almindeligt dagtilbud. Et forældrepar har flyttet deres barn fra en skole til en anden og er blevet taget rigtig godt imod. De har etableret et rigtig godt samarbejde, hvor lærerne har taget alt det til sig, som forældrene har givet videre. På den baggrund kan forældrene med tydelighed se, hvad der var galt på den gamle skole, og hvad de ikke tog til sig.

Det er oplevelsen hos forældrene i Aalborg, at folkeskolen er mere rummelig end privat- og friskoler. Forældrene vil dog allerhelst have barnet på specialskole pga. oplevelsen af manglende imødekommenhed i folkeskolen.

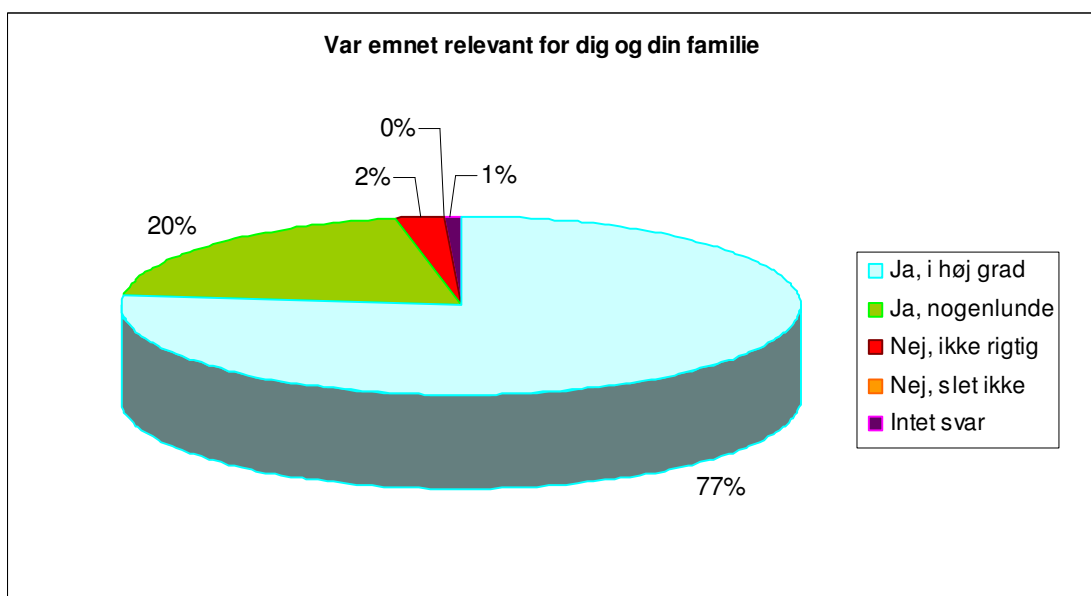
Udviklingsmuligheder

DELTAGEREVALUERINGER AF KURSUSGANGE

Der har generelt været en høj tilfredshed blandt deltagerne med tilrettelæggelsen af træningsprogrammet både hvad angår relevansen af emnerne og gennemførelsen af kursusgangene. Dette er blevet evalueret af deltagerne fra gang til gang og kan ses samlet i de to nedenstående figurer.



Der er 457 svar i alt i deltagerevalueringerne angående tilfredshed med kursusgangene, og således generelt stor tilfredshed med kurset. Der er to svar (0,4 %) i kategorien utilfredsstillende.



Der er 420 svar i alt i deltagernes vurdering af forældretræningsprogrammets relevans, hele 97 % har angivet at de enkelte emner har været nogenlunde eller i høj grad relevante

på tværs af alle kursusgange. Der kan derfor ikke herske nogen tvivl om, at forældretræningsprogrammernes emner har været relevante for deltagerne.

I fokusgrupperne kom der forskellige forbedringsmuligheder frem. Disse fremstilles emnevist nedenfor.

DELTAGERKRITERIER

Der er mange af forældrene i forældretræningen, der selv har ADHD, derfor mener mange, at det vil være godt, hvis det var afklaret inden forløbet, om forældrene har behov for strukturehjælp til hjemmeopgaver især.

Der blev ytret ønske om niveauinddeling af holdene fra et af holdene. Idet nogen ved meget om ADHD på forhånd og andre ved intet. I Herlev oplever de dog alligevel, at de forskellige forudsætninger også har været en fordel for spejlingen i hinanden: det har været interessant at erfare for forældrene, at der findes mange forskellige mennesker med denne problematik.

Det blev pointeret i fokusgrupperne, at det er vigtigt, at begge parter i en opdragelse deltager i forældretræningen, uanset om opdragelsen primært varetages af biologiske forældre eller bonus forældre, samt både når forældrene bor sammen, og når de ikke gør.

Det blev nævnt i en fokusgruppe, at det kan være svært at finde en i omgangskredsen at tage med, hvis man ikke har en partner, og det opleves som svært at bede sine venner om, fordi kurset er omfattende.

EMNER

I fokusgrupperne blev der nævnt flere emner, som kursUSDeltagerne synes, kunne være relevante at inddrage i undervisningen. Der var mange, som gerne vil have mere konkret omkring, hvordan man håndterer søskende, især så forældrene undgår at klemme nogen med eller uden ADHD. Det blev foreslået, at opgaverne kunne henvende sig til alle børn også dem uden ADHD, flere forældre havde brugt belønningssystemet på alle børn. Generelt kunne forældrene også tænke sig mere om relationen mellem børn og gerne også om konflikthåndtering mellem søskende.

En forælder havde i høj grad savnet et tema om skyldfølelse overfor barnet. Skyldfølelsen fyldte meget for hende og kom til at fylde mere i forældretræningsforløbet på grund af den måde, hun tidligere havde håndteret sit barn på. Desuden oplevede hun, at de andre forældre var enormt seje og fik lavet alle deres hjemmeopgaver og hun kunne ikke altid følge med. Det ville på den baggrund være rart ifølge denne forælder, at have en tilbagevendende lejlighed til at drøfte den dårlige samvittighed og skyld.

Det blev også fra flere ønsket et tema om betydningen af kost og alternative behandlingsformer overfor ADHD. Mange forældre ville også gerne have mere viden om medicin helst fra en udefrakommende professionel.

Derudover blev der ytret ønske om emner som: Årsager til ADHD, der var en undren over arvelighed ved ADHD, og at mange adoptivbørn bliver diagnosticerede. Der blev ytret ønske

om en ændring af rækkefølgen på emner (se Tilrettelæggelse), en skolevinkel i forhold til lektielæsning, gerne fra en professionel, der har arbejdet med ADHD børn, derudover ønskede flere at få gæsteforelæsere (fagpersoner) ind over de videns tunge emner.

Det blev foreslået et enkelt sted, at der kunne være behov for at have en undervisningsgang med information om, hvor man henter støtte og andre formelle ting.

MATERIALE

Forældrene ville meget gerne have et mere fleksibelt familie billede i kursusmaterialet, de fleste oplevede, at materialet med stor fordel vil kunne ændres til det, de oplever som danske forhold med sammenbragte familier mm. Det var de færreste familier til forældretræningen, der selv oplevede, at kunne leve op til kernefamiliebilledet. Det blev også nævnt, at materialet opleves som om, det er lavet til og med eksempler fra normale børn. Der skal laves mere realistiske eksempler ifølge forældrene. Derudover blev det foreslået, at man som en del af materialet kunne give mulighed for strukturstøtte til forældre med ADHD (se også Deltagerkriterier).

REDSKABER

Alle forældrene til forældretræningen har oplevet, at de har fået konkrete og let anvendelige redskaber, der virker (se fx virkningsbeskrivelsen i afsnittet *Ændring af forældrerollen*).

Flere forældre i fokusgrupperne nævnte, at redskaberne er almindelige opdragelsesredskaber, som andre forældre også vil kunne lære af. For kursusdeltagerne har redskaberne haft betydning for ændring af deres forældrerolle og oplevelse af at have flere strenge at spille på i håndteringen af barnets vanskeligheder. De fleste deltagere er blevet mere sikre på deres forældrerolle pga. redskaberne.

Det eneste kritikpunkt ved redskaberne er, at forældrene ikke kan nå at afprøve alle redskaber grundigt i løbet af de tolv uger. Men de føler sig godt rustet til at gå hjem og arbejde videre. Alle forældre ville også gerne fortsætte netværket, i Aalborg havde de lavet en konkret aftale om at mødes alle sammen til normal tid ugen efter. De øvrige steder var der mere eller mindre løse aftaler om at mødes hos hinanden.

Et halvt år efter afslutningen har Herlev fastholdt et netværk mellem forældrene. De mødes hos hinanden ind imellem og søger jævnligt fællesskab og råd hos hinanden på et lukket netværk på facebook. I Aalborg forlyder det, at forældrene tager på udflugter sammen.

TILRETTELÆGGELSE

Differentiering på holdet

Det blev foreslået på et af kursusstederne, at undervisning kunne differentieres fx efter børns alder, fordi forældrenes oplevelse var, at teenagere fx har behov for andre redskaber end børn. Kurset er udbudt til forældre til børn i alderen 3-9 år og er således allerede lavet til en afgrænset målgruppe, forslaget kan således tolkes som et ønske om at supplere med flere målgrupper. Der blev foreslået andre mulige differentieringsmåder som familiestruktur (kernefamilie, sammensat familie mm.) eller forældrenes viden om ADHD.

Differentiering i holdsammensætningen blev kun foreslået et sted og efter alle forslag om mulige sammensætninger blev forslagene til en enighed om, at kursUSDeltagerne selv havde været meget tilfredse med deres sammensætning på holdet, som var blandet på alle mulige måder. Det opleves som positivt, at alle er forskellige, og det giver en masse nye råd og vinkler på håndteringen af børn med ADHD. En måde at tænke differentieringen ind i et blandet hold kunne derfor være at fokusere på de forskellige grupper ind imellem i undervisningen og evt. bruge den ekspertise, der er hos nogle forældre, på specifikke områder.

Øvelser og tid

Der blev alle steder udtrykt ønske om, at hjemmeopgaven kunne startes på kurset frem for til et familiemøde for at have længere tid til at arbejde med øvelsen derhjemme. Derudover for at skabe bedre betingelser for, at skilsmisseforældre har mulighed for at tale sammen om øvelsen, inden de går i gang. Alternativt til at starte øvelsen på kurset blev det foreslået, at underviserne kunne give en orientering om, at familiemødet placeres hurtigst muligt efter kurset for at have tid nok til arbejdet med øvelsen.

Muligheden for at have en uge imellem kursusgangene de første gange, hvor der er meget ny viden på programmet og derefter have 14 dage imellem kursusgangene (men ikke mere), når der skal laves hjemmeøvelser, blev ligeledes foreslået alle tre kursussteder. Det ville give bedre tid til at indarbejde redskaberne, og det ville tage højde for at forældrene er sultne efter viden i starten af kursusgangene. I den forbindelse blev det også foreslået at have et enkelt lille redskab med allerede første kursusgang, forældrene foreslog, at klistermærkebelønningen kunne præsenteres tidligt for at give forældrene et forholdsvis simpelt redskab, som virker. Andre forslag til det første redskab var: spejlsredskabet, alle de positive sider af ADHD, hvordan taler man med sit barn om at have ADHD og pyramiden omkring betydningen af at have viden før redskaber, den vil give forståelse for at viden bliver præsenteret før redskaberne.

Der blev udtrykt ønske om, at piktogrammer blev uddybet, kursUSDeltagerne ville gerne have mere konkret information om, hvordan de laves, hvordan de kommer i gang, forslag til hvordan de kan se ud mm..

Det blev desuden pointeret et enkelt sted, at underviserne skal passe på det forventningspres, der ligger i de mange øvelser især imod slutningen, hvor der skal indarbejdes redskab efter redskab. Der skal ifølge en forælder være plads til at sige ærligt, at det er svært (se også emner om skyld). Det blev pointeret fra en anden kursUSDeltager, at ikke alle er lige fagligt dygtige, derfor må undervisningsmaterialet gerne være skrevet i et sprog, som alle forstår.

Erfaringsudveksling

Forældretræningen har haft rigtig stor betydning for alle deltagere. På alle tre kursussteder blev der lagt stor vægt på, at selve mødet med andre forældre til børn med ADHD i sig selv har været betydningsfuldt. Samtalen mellem forældrepar er af stor betydning for forældrene, det giver meget at få og give gode råd, dele vanskeligheder, spejle sig i hinandens historier, opleve åbenhed omkring vanskeligheder, og tage ved lære af hinanden. Denne erfaringsudveksling har deltagere fundet meget givende og vigtig, og der må derfor meget gerne være mere tid til samtale forældrene imellem. Kursusgangene

må gerne være en halv time længere, pauser er mindre vigtige, hvis der bliver indlagt mere tid til samtale og kaffen kan man hente løbende. Det blev også foreslået at læse dagens materiale hjemmefra og dermed have mere tid til snak, øvelser og sparring på kurset. En anden vigtig pointe fra alle hold er, at deltagerantallet er maximalt denne størrelse for, at der er taletid til alle.

Flere forældre foreslog, at undervisningen ind imellem kunne tage udgangspunkt i de deltagende familiers egne oplevelser, deltagere kunne tage en case med af egne praksishistorier for at lære af hinanden.

I Østdanmark blev det foreslået, at der evt. kunne indlægges flere rollespil i starten af kursusforløbet for at lære hinanden bedre at kende hurtigere. I det nordlige Danmark var den generelle holdning på holdet, at rollespil kunne fjernes.

Trænere og oplæg

Det har stor betydning for kursUSDeltagerne at trænerne har personlige erfaringer med børn med ADHD (helst egne børn). En deltager tænkte: *"Hvad ved hun"* om træneren, der slet ikke havde børn ved første møde, men det viste sig, at trænerne supplerede hinanden godt. Dog er det enormt vigtigt, at mindst en træner har personlig erfaring med ADHD, det er godt at få personlige eksempler, det hjælper til at se, at det virker for andre (der var dog nogen gange for mange eksempler).

Niveauet har været højt ifølge forældrene, de giver stor ros til trænerne. En deltager foreslog, at trænerne evt. kunne trænes i flere læringsstile eller undervisningsmåder. Fx café diskussioner omkring emner i mindre grupper, det ville give mere taletid til alle og mulighed for at sparre med hinanden. Der var en del forældre, der ønskede færre slides, og der blev ytret ønske om, at der ikke bliver læst op fra slides. Der blev foreslået, at man evt. kunne udlevere slides på forhånd til gennemlæsning, og dermed vinde en del tid.

Fastholdelse af udvikling

For at vurdere hvorvidt der er forskelle mellem holdene på udbyttet af forældretræningen og fastholdelsen heraf er der gennemført separate analyser for udviklingen på de tre hold. Analysen viser, at der ikke er betydelige forskelle mellem holdene, men der kan dog ses en tendens til at holdet i Vejle skiller sig en smule ud fra de andre. Ved tredje måling scorer Vejle ved ca. halvdelen af spørgsmålene en smule lavere end de to andre hold. Til gengæld er svarprocenten for fjerde måling fra Vejle dobbelt så stor som fra Herlev og Aalborg, hvilket kan være et udtryk for, at flere forældre i Vejle er ressourcestærke. Desværre er svarprocenten imidlertid ikke høj nok fra Herlev og Aalborg til, at det giver mening at sammenligne data på tværs af holdene ved fjerde måling.

Da der ses en tendens til tilbagegang på nogle af spørgsmålene i virkningsmålingen, er det relevant at diskutere nogle faktorer, der kan have betydning for både udbyttet af træningen, fastholdelsen og eventuelle forskelle heri.

NETVÆRK

Ved implementering af nye redskaber er fastholdelsen over længere tid ofte noget af det vanskeligste at opnå, da man nemt falder tilbage til gammel praksis efter noget tid². Dette kan derfor meget vel være grunden til, at man ser et lille fald i udviklingen ved tredje måling. Der er til gengæld en tendens til en lille stigning i udviklingen ved fjerde måling, hvilket fx kan skyldes at forældrene har afprøvet alle redskaber nu og føler sig hjemme i dem, samt at det eventuelt primært er ressourcestærke forældre, der har svaret.

I fokusgrupperne blev der ydret stor glæde ved det at mødes med andre der var i samme situation som en selv. Dette gav mulighed for erfaringsudveksling og støtte i svære situationer. En fortsat kontakt i dette netværk kan man forestille sig vil have en positiv indvirkning på fastholdelsen, da man her kan støtte hinanden og vedblive at få gode råd fra de andre, der er i samme situation som en selv. Der blev da også ydret ærgrelse i fokusgrupperne over, hvis det hele blot ville stoppe ved afslutningen af træningen. Generelt ville man gerne bevare kontakten og følge op på træningen ved senere lejligheder. Det kendes dog kun til at forældregruppen i Herlev fortsat har kontakt til hinanden og måske Aalborg. Grundlaget er dog for spinkelt til at kunne sige noget sikkert om, hvorvidt hold der efterfølgende mødes har bedre fastholdelse end de andre.

TRÆNERE

Træningsprogrammer varierer i forhold til om det er professionelle, forældre eller frivillige, der leder programmet³. Et vigtigt hensyn er at afgøre om trænerne har den fornødne autoritet, så forældrene får et tilfredsstillende udbytte af træningen. Der har derfor også i starten af projektet været fokus på, hvorvidt det ville have en betydning, at man har benyttet frivillige trænere og om forskellige karakteristika hos trænerne vil have en betydning for udbyttet af træningen.

De seks trænere har meget forskellige baggrunde. Det varierer ligeledes, hvor tæt man selv er på børn med ADHD. Nogle har selv børn, andre har det kun i nær familie og et par stykker er ikke pårørende. Ligesom det fremgik af fokusgrupperne pointerer en enkelt træner dog vigtigheden af, at mindst en af trænerne på et hold selv har et barn med ADHD for personligt at have den fornødne erfaring.

I fokusgrupperne blev der generelt udtrykt meget stor tilfredshed med trænerne, så de forskellige karakteristika tyder ikke på at give anledning til forskelle i forældrenes udbytte af træningen.

De væsentligste forskelle der har været på holdene må siges at være sammensætningen af forældregruppen, hvilket muligvis er en forklaring på, at holdet fra Vejle tenderer til at score en smule lavere i tredje måling end de to andre hold. Motivationen hos forældrene og troen på, at man kan foretage ændringer øger sandsynligheden for faktiske adfærdsendringer. Ressourceforskelle hos forældrene kan derfor i høj grad have en betydning for udviklingen i familierne. Det er dog ikke muligt at kontrollere for dette i

² Se fx Fixen m.fl. (2009)

³ Se fx Axberg m.fl. (2007), Fossum m.fl. (2009), Drugli m.fl. (2009), Webster Stratton m.fl. (2011).

denne sammenhæng, da det kræver langt større viden om de enkelte forældres baggrunde.

ET FÆLLES ANSVAR SOM UDVIKLINGSMULIGHED

En udviklingsmulighed der er værd at påpege er tilføjelse af træning af barnet og barnets lærer som andre træningsprogrammer benytter sig af⁴. Dette skaber en gennemgående ændring i hele barnets hverdag, som dermed giver større sandsynlighed for en mulig fastholdelse af de positive ændringer. I et amerikansk studie af fastholdelsen af forældre og børns udvikling et år efter et Incredible Years (De Utrolige År) program konkluderes: *"Teacher training added significantly to long-term school outcomes for children who had pervasive behavior problem"*. (Reid m.fl. (2003): 471). Dette studie sammenligner fastholdelsen af udviklingen ved henholdsvis forældretræning, træning af forældre og barn og træning af forældre, barn og lærer, og konkluderer altså at der er signifikant bedre fastholdelse af udviklingen når barnets lærer også trænes.

I fokusgrupperne blev en problematik med hensyn til barnets skole netop bragt på banen. Nogle forældre beskrev, hvordan det var vanskeligt at samarbejde med skolen omkring barnets ADHD. Oplevelsen var at barnets lærere var modvillige overfor at lære af de redskaber forældrene havde tilegnet sig til forældretræningen. Dette kan ses som en manglende anerkendelse, fra disse skolers side, af at forældrene kan assistere med at løse problemerne i skolen, der vedrører barnets ADHD. Hos forældrene kan dette skabe frustration, og gøre en fastholdelse af den positive udvikling vanskeligere.

Søren Hertz, der er børne- og ungdomspsykiater i PsykCentrum, har oversat: Marlborough-konceptet fra Marlborough Family Service, der har samarbejdet mellem lærer, forældre og barn som et centralt fokusområde. Samarbejdet mellem skole og hjem skal skabe et fælles ansvar for udvikling og dermed den bedste kontekst for forandring. Det man peger på er, at selvom indsatsen er stor fra forældrenes side, og måske også fra skolens side, men hver for sig, så bærer det ikke nødvendigvis frugt over for barnet. Den adskilte indsats kan i stedet udvikle sig til en fastlåst situation mellem skole og hjem eller samarbejdet kan helt afbrydes (Hertz (2004), Hertz (2005)).

Det må derfor påpeges, at en inddragelse af skolen i træningen, er en udviklingsmulighed, der formentlig kan sikre både højere grad af positive ændringer og en bedre fastholdelse af disse.

⁴ Fx Fælles Indsats PPR Indre By se fx <http://www.inclusive-education-in-action.org> under: "Joint action", Eller "The Incredible years": Reid m.fl. (2003).

Konklusion

Forældrene har generelt været meget tilfredse med træningen, som især har givet dem nye redskaber til bedre at klare rollen som forælder til et barn med ADHD. Dette afspejler sig i en langt større selvtillid hos forældrene, fordi de nu selv kan klare de adfærdsproblemer, de oplever i hjemmet. Derudover har kurset betydet udvikling af et større overskud i familierne og som forældre.

Værktøjerne, som forældrene er blevet præsenteret for på kurset, har i høj grad været anvendelige. Mange forældre oplever, at de har ændret sig grundlæggende som forældre i takt med forældretræningen. Forældrene har ligeledes fået en langt bedre relation til deres barn, og der opstår færre konflikter i familien, som skyldes barnets adfærd.

Forældrene har i særlig høj grad været glade for den erfaringsudveksling, de har haft mulighed for på holdene med andre forældre i samme situation. Muligheden for at få gode råd og opbakning fra andre, der forstår ens situation, har været meget givende.

Generelt har der været en kraftig positiv udvikling i virkningsmålingen, blandt andet ses der en stigende positiv udvikling mht. troen på et godt resultat af de redskaber, forældrene er blevet præsenteret for på kurset. At forældrene stadig har troen på en positiv udvikling, er afgørende for et godt resultat. På enkelte parametre ses der dog en tendens til en tilbagegang ved tredje og fjerde måling. Man kan derfor pege på mulige problemer med fastholdelse af den positive udvikling på nogle områder, når forældretræningen er slut, og forældrene ikke længere får input fra træningen eller har erfaringsudvekslingen på holdet.

Derudover blev der i fokusgrupperne af nogle forældre påpeget samarbejdsvanskeligheder i forhold til barnets skole, hvor lærere og pædagoger ikke ønsker at tage imod den viden, forældrene har fået i forældretræningen.

Med hensyn til trænerne har der været udtrykt en høj tilfredshed med disse blandt forældrene. Der ses ingen tendenser til, at der har været forskelle i udbyttet af træningen som følge af forskellige trænere.

Det kan derfor konkluderes, at forældretræningen har haft den ønskede virkning i familierne. Forældretræningen har klædt forældrene på til at kunne foretage positive ændringer overfor deres barn med ADHD, og skabt mere overskud og plads til kærlighed i kaosset.

Litteratur

- Axberg m.fl. (2007)** Ulf Axberg, Kjell Hanson, Anders G. Broberg (2007): "Evaluation of the Incredible Years Series – An open study of its effects when first introduced in Sweden", in Nord J Psychiatry 2007; 61: 143-151. Oslo.
- Drugli m.fl. (2009)** May Britt Drugli, Sturla Fossum , Bo Larsson , Willy-Tore Mørch (2009): "Characteristics of young children with persistent conduct problems 1 year after treatment with the Incredible Years program", in Eur Child Adolesc Psychiatry (2010) 19:559–565.
- Drugli m.fl. (2010)** May Britt Drugli, Bo Larsson, Sturla Fossum , Willy-Tore Mørch (2010): "Five to six year outcome and its prediction for children with ODD/CD treated with parent training", in Journal of Child Psychology and Psychiatry 51:5 (2010) pp 559-566.
- Fixsen m.fl. (2011)** Dean L. Fixsen, Karen A. Blase, Sandra F. Naoom and Frances Wallace (2011): "Core Implementation Components", In Research on Social Work Practice 2009 19: 531
- Fossum m.fl. (2009)** STURLA FOSSUM, WILLY-TORE MØRCH, BJØRN H. HANDEGÅRD, MAY B. DRUGLI and BO LARSSON (2009): Health and Disability: "Parent training for young Norwegian children with ODD and CD problems: Predictors and mediators of treatment outcome", in Scandinavian Journal of Psychology (2009) 50, 173–181 .
- Hertz (2004)** Søren Hertz (2004). "Forældreinddragelse i skolens virkefelt, et skoleprojekt", in Kapitel til KVIS e-learning: Børns netværk II - Det pædagogiske Virkefelt.
- Hertz (2005)** Søren Hertz (2005): "Marlborough-konceptet i en dansk sammenhæng - et konkret eksempel på ideen om at skabe oplevelse af sammenhæng", in Psykologisk Pædagogisk Rådgivning 5-6, 663-79.
- Webster-Stratton (2011)** Carolyn H. Webster-Stratton, M. Jamila Reid, Ted Beauchaine (2011): "Combining Parent and Child Training for Young Children with ADHD", in Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 40(2), 191-203, 2011.

Bilag

BILAG 1: METODE

Dataindsamlingen er foretaget via spørgeskemaer og fokusgruppeinterview.

Spørgeskemaer

Forældrene har besvaret det samme spørgeskema i alt fire gange: ved kursets start, ved afslutningen af kurset samt efter tre og seks måneder. Spørgeskemaet har haft som hensigt at måle udbyttet af forældretræningen og en vurdering af de ændringer træningen har betydet for familierne.

Spørgeskemaet er sammensat af spørgsmål fra PSI - Parenting Stress Index (kort version) og spørgsmål fra evaluering af træningsprogrammet De Utrolige År. Spørgeskemaet er derfor sammensat af spørgsmål fra velafprøvede spørgeskemaer, men da de er taget ud af deres sammenhæng og omformuleret så de passer ind i netop denne sammenhæng, er de ikke validerede. Det er fundet mest hensigtsmæssigt at udvikle et spørgeskema, der var specifikt målrettet ADHD og dette forældretræningsprogram, frem for at benytte et allerede valideret spørgeskema.

Spørgeskemaet er derfor også kun målrettet forældrenes vurdering, da træningen kun henvender sig til disse (der er derfor ikke medtaget nogen måling af børnenes faktiske adfærd). Der er foretaget en kvalitetsudvikling af spørgsmålene i samarbejde med eksperter i ADHD foreningen.

Det har været frivilligt at besvare samtlige spørgeskemaer, og besvarelsene er anonyme. Svarprocenten har derfor stor betydning for, hvordan data fra forældretræningen kan læses. Svarfordelingen kan flytte sig markant på de sidste to målinger, hvis det fx er tilfældet, at det primært er ressourcestærke forældre, der har svaret. Vi har ikke mulighed for at lave en frafaldsanalyse i forhold til ressourcer hos forældrene, og vi kan ikke spore de enkelte besvarelser af hensyn til anonymiteten hos forældrene. Det er derfor vigtigt at tage forbehold i analysen og skele til antallet af svar i målingerne.

Fokusgruppeinterview

Der er efter endt træningsforløb gennemført et semistruktureret fokusgruppeinterview med hvert af holdene.

Interviewene varede ca. 1½ time, og de blev optaget og senere transskriberet. Efterfølgende blev interviewene analyseret tematisk.

BILAG 2: SPØRGESKEMA TIL FORÆLDRE SOM DELTAGER I KURSET

'Forældretræning i familier med ADHD'

Skema 1,2,3 & 4

Forældrerollen

1. Jeg føler ofte, at jeg ikke klarer hverdagen med mit barn særlig godt				
Meget enig <input type="checkbox"/>	Enig <input type="checkbox"/>	Ved ikke <input type="checkbox"/>	Uenig <input type="checkbox"/>	Meget uenig <input type="checkbox"/>
2. Jeg føler, at jeg mangler værktøjer og viden for at kunne håndtere mit barn bedre				
Meget enig <input type="checkbox"/>	Enig <input type="checkbox"/>	Ved ikke <input type="checkbox"/>	Uenig <input type="checkbox"/>	Meget uenig <input type="checkbox"/>
3. Nogle gange synes jeg, at det er svært at føle mig tæt på mit barn				
Meget enig <input type="checkbox"/>	Enig <input type="checkbox"/>	Ved ikke <input type="checkbox"/>	Uenig <input type="checkbox"/>	Meget uenig <input type="checkbox"/>
4. Min relation til mit barn er præget af kaos og negativitet frem for glæde				
Meget enig <input type="checkbox"/>	Enig <input type="checkbox"/>	Ved ikke <input type="checkbox"/>	Uenig <input type="checkbox"/>	Meget uenig <input type="checkbox"/>
5. Jeg er ikke særlig god til at være forælder til mit barn med ADHD				
Meget enig <input type="checkbox"/>	Enig <input type="checkbox"/>	Ved ikke <input type="checkbox"/>	Uenig <input type="checkbox"/>	Meget uenig <input type="checkbox"/>

Barnet

6. Mit barn gør ofte nogle ting, som gør mig vred og ked af det				
Meget enig <input type="checkbox"/>	Enig <input type="checkbox"/>	Ved ikke <input type="checkbox"/>	Uenig <input type="checkbox"/>	Meget uenig <input type="checkbox"/>
7. Mit barn hører næsten aldrig efter hvad jeg siger				
Meget enig <input type="checkbox"/>	Enig <input type="checkbox"/>	Ved ikke <input type="checkbox"/>	Uenig <input type="checkbox"/>	Meget uenig <input type="checkbox"/>
8. Det virker som om, mit barn er mere vred og ked af det end andre børn				
Meget enig <input type="checkbox"/>	Enig <input type="checkbox"/>	Ved ikke <input type="checkbox"/>	Uenig <input type="checkbox"/>	Meget uenig <input type="checkbox"/>

Hverdagen

9. Jeg føler, at vi mangler overskud i familien og som forældre				
Meget enig <input type="checkbox"/>	Enig <input type="checkbox"/>	Ved ikke <input type="checkbox"/>	Uenig <input type="checkbox"/>	Meget uenig <input type="checkbox"/>
10. Hvor ofte er der konflikter i din familie, som skyldes dit barns adfærd?				
Hver dag <input type="checkbox"/>	3-5 gange om ugen <input type="checkbox"/>	En gang om ugen <input type="checkbox"/>	Sjældnere end en gang om ugen <input type="checkbox"/>	Aldrig <input type="checkbox"/>

Bekymringer

11. Jeg bekymrer mig om mit barns selvværd

Meget

☐

Noget

☐

Ved ikke

☐

Lidt

☐

Slet ikke

☐

12. Jeg bekymrer mig for, om mit barn får succes i skolen

Meget

☐

Noget

☐

Ved ikke

☐

Lidt

☐

Slet ikke

☐

13. Jeg bekymrer mig for, om mit barn får succes socialt

Meget

☐

Noget

☐

Ved ikke

☐

Lidt

☐

Slet ikke

☐

Standpunkt

14. Hvor sikker er du på, at du pt. på egen hånd kan håndtere de adfærdsproblemer, du oplever i hjemmet?

Meget sikker

☐

Sikker

☐

Ved ikke

☐

Usikker

☐

Meget usikker

☐

15. Har du ideer til, hvad du pt. kan gøre for at foretage positive ændringer i din forælderrolle

I meget høj grad

☐

I høj grad

☐

Ved ikke

☐

I mindre grad

☐

Slet ikke

☐

16. Mine forventninger til et godt resultat af de redskaber kurset præsenterer os for er...

...meget optimistisk

☐

...optimistisk

☐

...ved ikke

☐

...pessimistisk

☐

...meget pessimistisk

☐

Trænere

17. Hvem har du haft som forældretrænere?

Navne:

Dig

18. Hvilket køn har du?

Kvinde

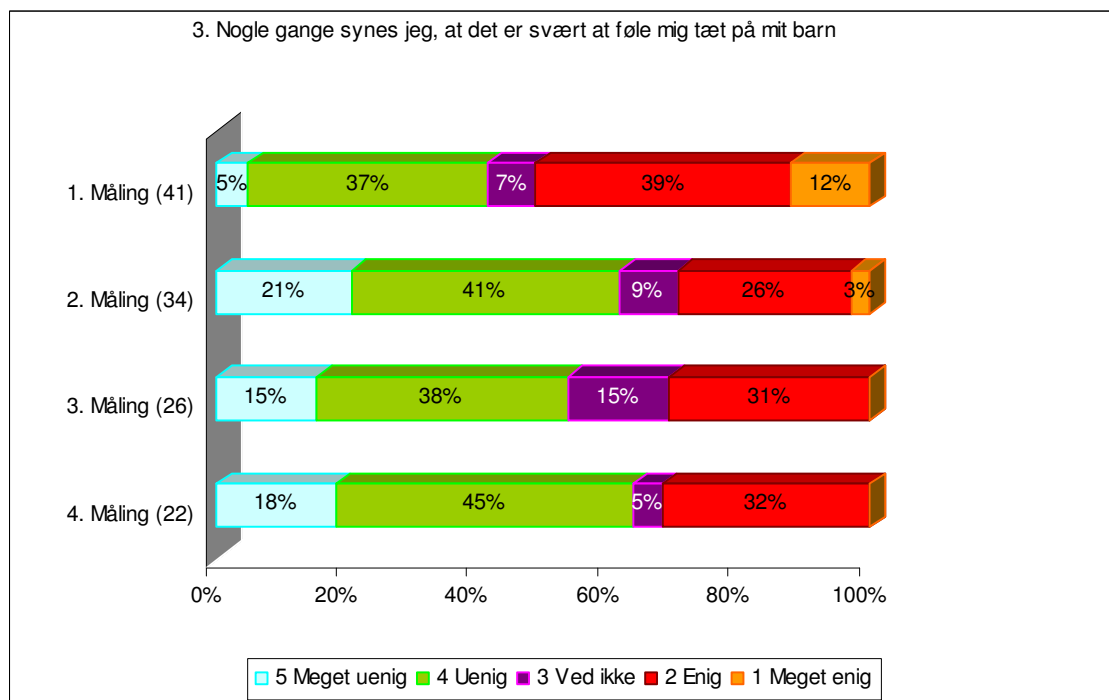
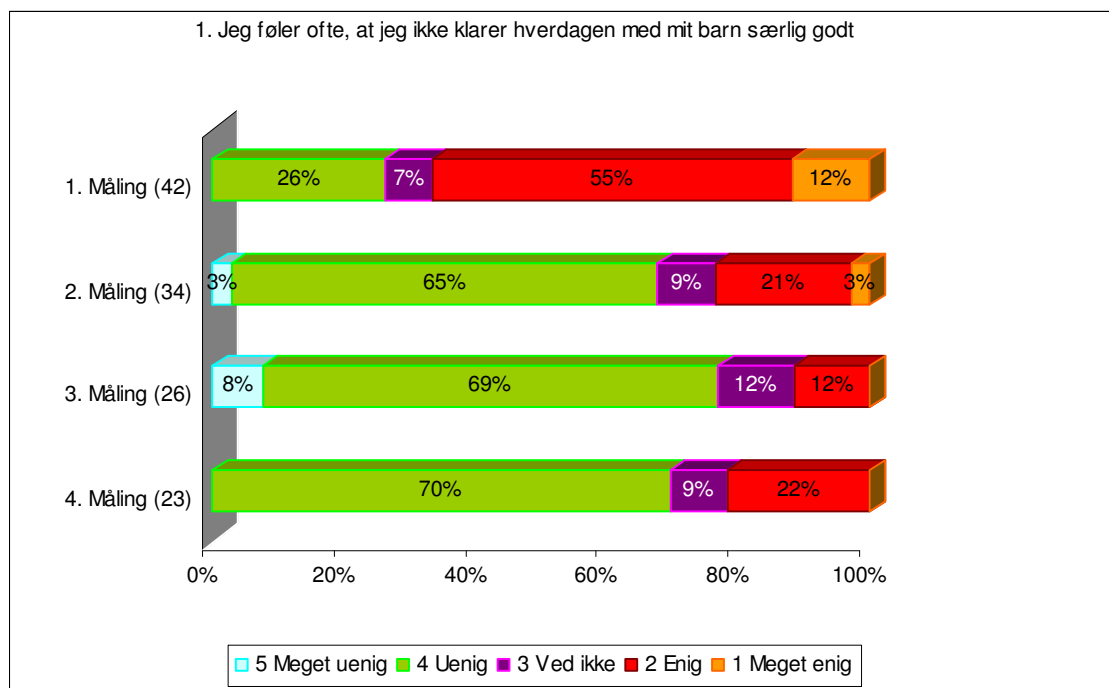
☐

Mand

☐

Tak fordi du har besvaret spørgeskemaet.

BILAG 3: SVARFORDELING PÅ SPØRGSMÅL IKKE MEDTAGET I RAPPORTEN.



6. Mit barn gør ofte ting, som gør mig vred og ked af det

