



KOMET

Jonas Gustavsson

Web: www.kometprogrammet.se
E-post: komet@sot.stockholm.se



Fredag 16/3 2007

- 10.15 – 11.00: Beteendeeperiment och andra tekniker i KBT
- 11.15 – 12.00: Framgångsfaktorer i Komet föräldragrupper
- 12.15 – 13.00: Gruppledaren som coach, sufflör, och regissör

Kognitiv Beteendeterapi (KBT)

- Modellinläring
- Beteendeeperiment
- Rollspel
- Prompting

Inläring via modeller

- Reella -vänner
-syskon
-föräldrar i klassen
- Överförda -egna föräldrar
- Symboliska -supernanny
-tidningsartiklar
-film, tv-serier
-litteratur, sagor, romaner

Beteendeeperiment

- För att prova eller upptäcka
 - Erfarenhet istället för antagande
 - Nya erfarenheter/kunskaper
 - Nya vinklar/perspektiv
 - Nya insikter

Rollspel

- För att prova/öva/visa
- Färdighetsträning eller motivationsarbete?

Prompting

- Att vara sufflör i rollspel och demonstrationer
- Successiv minskning i takt med ökade färdigheter

Utvärderingen och effektstudien av Komet

Alla föräldrar HT 2004., HT2005
KOMET FÖR FÖRÄLDRAR
- en verksamhetsutvärdering av föräldrars deltagande och upplevelse av programmet Komet

Randomiserad kontrollerad studie
KOMET FÖR FÖRÄLDRAR
- en randomiserad effektutvärdering av ett föräldraprogram för barns beteendeproblem

Vad förklarar problemminskningen?

- När de var motiverade
- När de gjort hemuppgifterna
- När de övat under träffarna
- När båda föräldrarna närvarade

Vad förklarar inte problemminskningen?

- Barnets ålder, kön eller antal syskon
- Förälderns kön, utbildningsnivå, etnisk härkomst etc.
- Antal föräldragrupper gruppleddaren haft

Vad innebär det?

- Att Kometutbildningen säkrar en hög och kontinuerlig kvalitet
- Att metoden i sig är tillräckligt bra och stabil
- Att det är andra faktorer hos gruppleddarna som kan påverka resultatet



Rapporter och hemsidor

www.stockholm.se/fou
www.prevention.se

Tryckta rapporter:
fou.rapporter@usk.stockholm.se

Åsa Kling
Doktorand, psykolog
FoU-enheten
asa.kling@usk.stockholm.se
Tel. 508 35 866

1 Effektvärdering

KOMET

Effektstorlek (ES)

Hur stark påverkan en viss insats haft.
Den genomsnittliga skillnaden i förbättring mellan två grupper.

Tumregler:

- .20 ~ liten
- .50 ~ medelstor
- .80 ~ stor

1 Effektvärdering

KOMET

Resultat efter

Beteendeproblem

? För barnen i Komet minskade beteendeproblemen statistiskt signifikant, medan barnen i väntelistan i princip inte förändrades.

? ES = .68

1 Effektvärdering

KOMET

Resultat uppföljning

Föräldrakompetenser

? För alla sju dimensioner en statistiskt säkerställd förbättring över tid.

? ES = 1.05

1 Effektvärdering

KOMET

Resultat uppföljning

Beteendeproblem

? Barnens beteendeproblem minskade över tid.

? ES = .92

1 Effektvärdering

KOMET

Koppling barn-förälder

? Ett samband mellan barnens minskade problem och föräldrars ökade föräldrakompetens kunde fastställas; ju bättre föräldrakompetenser desto mindre beteendeproblem.

? Höga föräldrakompetenser var relaterade till barnens minskade beteendeproblem både vid efter- och uppföljningsmätning.

Slutsats:

■ Det finns tydliga bevis för att bättre föräldrakompetens ger minskade problembeteenden...

...och för att övning, rollspel och hemuppgifter förbättrar föräldrarnas kompetens

Om vi kan få föräldrarna att öva, rollspela och göra hemuppgifterna minskar barnens beteendeproblem!





Gruppledaren som coach, sufflör och regissör

- Kontinuerlig förstärkning av beteenden i linje med
 - föräldrarnas "goal statement" från första träffen/intervjun
 - överenskommelser kring ramar i gruppen
 - grundläggande principer
 - speciella behov i den aktuella gruppen

Gruppledaren som coach, sufflör och regissör

- Den ene gruppledaren är huvudledare och följer manualen
- Den andre gruppledaren fungerar som "co-leader" och letar kontinuerligt efter tillfällen att "ta föräldern på bar gärning"
- Lyfter upp, belyser extra de önskvärda beteenden som är mer sällsynta eller som föräldern tycker är svårt
- "Åh vad bra, kan du visa hur du gjorde?"

Gruppledaren som coach, sufflör och regissör

- Co-ledaren lyfter ut viktiga bitar ur rollspel, berättelser, hemuppgiftsgenomgång.
- Co-ledaren summerar och sorterar ut nyckelbegrepp och grundprinciper
- Bra byta roller mellan gångerna!

Gruppledaren som coach, sufflör och regissör

- "Det är mycket lättare för mig att förstå om du visar – kan du visa mig hur du/han gjorde/sa?"
- Förälder som lägger ut texten:
 - förstärk inte det allmänna pratandet
 - hitta beteenden i linje med överenskomna ramar, föräldrarnas mål, grundläggande principer etc. Vänd uppmärksamheten mot någon annan.

Gruppledaren som coach, sufflör och regissör

- Olika slags coaching
 - saklig och beskrivande
 - peppande
 - speglande, känslomässig
 - social, samspel
- Ha med er ett ark guldstjärnor eller något som ni kan "highlighta" med!

Gruppledaren som coach, sufflör och regissör

- Gör en "parkeringsplats" eller en "frys" för viktiga saker som kommer upp men vid fel tillfälle
- Prompting för beteenden som aldrig eller sällan förekommer – ge liten hint eller säg exakt vad de ska säga eller göra. Beröm!
- Prompting bättre än att vänta för länge.

Gruppledaren som coach, sufflör och regissör

- Rollspel!!!
 - i stunden
 - planerade
 - enligt manual
- Gruppledaren regissör
 - ger roller
 - ropar stopp (och regisserar, promptar etc, lägger till något i scenen)

Gruppledaren som coach, sufflör och regissör

- Viktigt att hela tiden gå tillbaka till målen föräldern satt upp, vad föräldern önskar (med avseende på barnets beteende).

Föräldern som coach

- Coaching:
 - kommenterande, typ lekstunden
 - beskriver, speglar, peppar t ex uthållighet
 - speglar och beskriver barnets känslor
 - berömmar och coachar samspelet mellan t ex syskon