



Beskrivelse og vurdering av tiltaket:

De utrolige årene (DUÅ) - Dinosaurusskolen i smågrupper for barn i alderen 4 - 8 år.

Ungsinnforfatter: Monica Martinussen

Vurdert i Ungsinnpanelet: 05.03.2009

Ungsinnforfatteren er ansvarlig for beskrivelsen av tiltaket. Beskrivelsen er basert på informasjon fra RBUP Nord, spørreskjema utfyllt av Willy-Tore Mørch ved RBUP Nord og gjennomgang av annen tilgjengelig litteratur. Ungsinnpanelet er ansvarlig for vurdering og klassifisering

Innledning

Hovedformålet med programmet er å redusere atferdsvansker hos barna og styrke deres sosiale og emosjonelle kompetanse. Dinosaurusskolen tar sikte på å forebygge utvikling av alvorlige atferdsvansker hos barn i denne aldersgruppen og forebygge rus og kriminalitet senere ved å styrke barnets sosiale kompetanse, øke venneferdigheter og redusere tilbøyelighet til trass og konflikt. Programmet er opprinnelig utviklet i USA, men er oversatt og tilpasset norske forhold. En beskrivelse av de Utrolige Årene finnes hos Fossum og Mørch (2005a, 2005b)

Dette programmet er en del av en programpakke som består av følgende:

1. **DINOSAURUSSKOLE:** Smågrupper. Treningsgrupper for barn 4-8 år med kartlagte atferdsforstyrrelser og sosiale vansker. Dinosaurusskolen har som mål å redusere antisosial atferd og styrke barnas sosiale kompetanse.
2. **DINOSAURUSSKOLE I KLASSEROM/BARNEHAGE:** for bruk i barnehage og småskoleklasser. Bygger på de samme elementene som Dinosaurusskole i smågrupper, men intervensjonen er rettet mot hele skoleklasser/ barnehagegrupper som et forebyggende program og ikke rettet spesielt mot barn som er identifisert med atferdsforstyrrelser og sosiale vansker.

I Norge består DUÅ også av BASIC foreldregrupper, som er et forelderprogram som skal styrke foreldrenes kompetanse i å forebygge og behandle atferdsproblemer for barn i alderen 3-8 år. I tillegg finnes det et skole-/barnehageprogram for lærere samt et universalforebyggende program under evaluering. Disse vil ikke bli omtalt eller vurdert her, men kun Dinosauruskole smågrupper.



Eier av tiltaket i utlandet

The Incredible Years
1411 8th Avenue West
WA 98119 Seattle, USA
www.incredibleyears.com

Distributør/implementeringsansvarlig for tiltaket i Norge

De utrolige årene.
Regionsenter for barn og unges psykiske helse (RBUP Nord).
Universitetet i Tromsø
9037 Tromsø.
Tlf: 77 64 58 72
E-post: kontakt@deutroligearene.no.
www.deutroligearene.no

Beskrivelse av tiltaket

Intervensjonene er gruppebaserte (5-7 barn) og det brukes store hånddukker i undervisningen. En serie med videovignetter danner utgangspunkt for diskusjoner knyttet til temaer som tas opp i gruppene. Det er et poeng at intervensjonen er gruppebasert fordi det minsker barnets følelse av å være isolert og alene med problemet – noe som igjen forsterker negative følelser og oppgitthet. Gruppen gir støtte og opplevelse av felleskap. Barna tar del i de andre barnas erfaringer i forhold til de aktuelle problemene, og alle bidrar til å finne løsninger og øve på hensiktsmessige løsninger.

Programmet tar sikte på å redusere følgende risikofaktorer hos barnet:

1. tidlig debut av atferdsproblemer
2. lav sosial kompetanse
3. manglende kunnskaper om egne og andres følelser
4. manglende empati
5. manglende problemløsningsferdigheter

Programmet tar sikte å fremme følgende resiliensfaktorer (beskyttende faktorer) hos barnet:

1. styrke barnets strategier for samhandling med sine omgivelser
2. styrke barnets sosiale ferdigheter
3. styrke barnets problemløsningsferdigheter
4. styrke barnets empati
5. styrke barnets evne til å kjenne igjen egne og andres følelser

Metoder som anvendes

En sentral metode er modellering gjennom presentasjoner og samspill med de store hånddukkene. Gjennom bruk av programmets videomateriale, bøker, hjemmeaktiviteter, utdelt materiell og gjennom aktiv deltakelse i gruppesamlingene (særlig i det store



antallet praktiske leker og øvelser) er målsetningen at barnas bevissthet om pro-sosial atferd skal øke, at de får styrket sine sosiale ferdigheter, problemløsning, og bedret sin emosjonelle regulering.

Barna møtes til sammen i Dinosaurusskolen i ca. 40 timer. Samlingene gjennomføres i to timers sesjoner fordelt over 18-22 uker, og samlingene er mye preget av praktiske øvelser og tilrettelagt lek. Sentralt i programmet er et variert utvalg av videovignetter med kort varighet. Vignettene viser eksempler på samspill mellom barn, mellom foreldre og barn, samt mellom lærer og barn. Disse danner utgangspunkt for en styrt samtale/ idèdugnad om vignettene i barnegruppen. Barna øver i gruppen i form av rollespill, leker, tilrettelagte aktiviteter, etc. på å bruke hensiktsmessige strategier.

Samlingene gjennomføres på de mest gunstige tidspunktene for familiene, ofte på ettermiddagstid. Barna skal oppleve at deres nærvær i gruppene settes pris på og oppfattes som viktig. Det å ha/være et ekstra krevende barn kan føre til stigmatisering og avvising, både av barn, foreldre og andre i deres omgivelser. Det er derfor lagt inn ulike mulige tilbud for å forebygge fravær og frafall; som for eksempel barnevaktordninger for søsken. Hvis et barn ikke møter til et gruppemøte, kontaktes foreldrene av gruppelederne; helst samme kveld for å avklare årsaken til fraværet og for å drøfte hvordan videre deltagelse kan ivaretas.

Bakgrunnen for programmet er en erkjennelse av at disse barna mangler, eller har svakt utviklet ferdigheter for å takle ulike dagligdagse situasjoner. De blir derfor lett utstøtt eller kommer i konflikt med omgivelsene. Sammenhengen mellom følelser, tenkning og atferd danner bakteppe for øvelser med barna. Aggressive tanker om andre eller depressive tanker om seg selv og andre søkes erstattet med optimistiske tanker om den foreliggende episode som øker sannsynligheten for ikke-aggressive reaksjoner.

Barna har ukentlige hjemmeoppgaver basert på ukens tema. Oppgavene er praktisk fokuserte og krever samarbeid mellom foreldre og barn. Etter hver samling i Dinosaurusskolen får foreldrene muntlig informasjon angående samlingen, samt de får med seg hjem en kort beskrivelse av samlingens tema, og hva det skal jobbes med til neste samling. Dinosaurusskolen sender også jevnlig temainformasjon til barnas skole og SFO eller barnehage og inviterer til samarbeid om de konkrete temaene. Det gjennomføres informasjonsmøte ved oppstart av gruppene og samarbeidsmøter med foreldre og skole/SFO eller barnehage mens intervensjonen pågår. Gruppelederne har jevnlig telefonkontakt både med barnas foreldre og lærer/fagperson.

Dinosaurusskolen tilbys alltid i kombinasjon med DUÅ-foreldregruppe. Dette for at foreldrene skal være informert om tenkningen rundt endring av atferdsvansker og styrking av sosiale ferdigheter, og at de skal aktivt ta del i disse utfordringene. Strategiene foreldrene lærer i foreldregruppen brukes aktivt i Dinosaurusskolen. Tanken er at effekten av behandlingen er avhengig av om foreldre og lærere får internalisert hensiktsmessige samspillmønstre, slik at de oppleves som naturlige etter behandlingsperioden er over. Det er derfor avgjørende at det bygges opp gode relasjoner



mellom foreldre, lærere og gruppelederne og at tilbudet ivaretar også foreldrenes og lærernes behov.

DUÅs filosofi er å jobbe for og beholde familieenheten og å gjøre foreldre og lærere/fagpersoner selvstendige i valg av måter å møte barnet på i hverdagen. I behandlingsperioden utvikler barna i samarbeid med gruppelederne individuelle samspillmønstre med andre barn og voksne. De får grunnleggende øvelse i å praktisere nye ferdigheter gjennom tilrettelagte aktiviteter og lek i gruppen.

Målene ved Dinosaurusskolen er å styrke barnas kompetanse, samtidig som foreldrenes foreldreferdigheter fremmes og styrkes gjennom Foreldretreningsprogrammet. Det høye konfliktnivået man ofte finner i disse familiene har hindret eller forstyrret utviklingen av positive relasjoner mellom barnet og foreldrene. Barnets tilknytning til foreldrene kan være skadet og vanskelig- eller kanskje umuliggjør opparbeidelsen av tillit, trygghet og forutsigbarhet som er forutsetninger for opplevelse av foreldreverdighet og kontroll.

Det teoretiske grunnlaget for tiltaket

Det teoretiske grunnlaget for metodene er basert på anvendt atferdsanalyse, utviklingspsykologi, sosial læringsteori, nettverksteori, og kunnskap om gruppeprosesser.

Erfaringer med tiltaket og evaluering i Norge

De første barnegruppene startet ved BUP-Tromsø og BUP-Trondheim i september 2000. Til sammen 10 organisasjoner har tatt programmet i bruk siden 2002. Totalt arbeidet 15 gruppeledere aktivt med Dinosaurusskole i smågrupper sist vår, men antallet varierer noe fra halvår til halvår. Fra høsten 2008 har flere organisasjoner startet Dinosaurusskolen i klasserommet som er en modifisert variant av Dinosaurusskolen i smågrupper, tilpasset skole og barnehagegrupper

Effekten av Dinosaurusskolen er i kombinasjon med Foreldretreningsprogrammet undersøkt ved et randomisert kontrollgruppe design (Larsson, Fossum, Clifford, Drugli, Handegård, & Mørch, 2008) med 127 barn i alderen 4-8 år fra både Tromsø og Trondheim. Barna var diagnostisert med adferdsforstyrrelser (enten ODD eller CD), og de ble tilfeldig fordelt på tre grupper. En av gruppene mottok bare foreldretreningsprogrammet, en gruppe mottok både foreldretreningsprogrammet og barneprogrammet (Dinosaurusskolen) og en gruppe utgjorde venteliste-kontrollgruppen. Barna i de tre gruppene ble undersøkt før og like etter deltakelse i programmet. De to gruppene som mottok behandling ble fulgt opp etter ett år. Begge gruppene som mottok behandling gjorde det bedre enn kontrollgruppen basert på foreldrenes vurderinger. Det var ingen signifikant forskjell mellom de to gruppene som mottok henholdsvis bare Foreldretreningsprogrammet eller Foreldretreningsprogrammet i kombinasjon med Dinosaurusskolen. Forskjellene mellom gruppene som mottok de to intervensjonene og kontrollgruppen, var moderate til store i forhold til de to måleinstrumentene som ble brukt (Eyberg Child Behavior Inventory og enkelte skalaer på Child Behavior Checklist). Dinosaurusskolen brukt alene er ikke evaluert i Norge.



Brukervurdering:

Det gjennomføres ikke egne brukerevalueringer blant barna som deltar i Dinosaurusskolen, men foreldrene som deltar i Foreldretreningsprogrammet evaluerer dette.

Utenlandske studier:

I en studie av Webster-Stratton og Hammond (1997) ble effekten av Dinosaurusskolen sammenlignet med Foreldretreningsprogrammet og en kombinasjon av disse to. Det var også en venteliste-kontroll gruppe med i studien. Til sammen 97 barn i alderen 4-8 år deltok i studien. Alle de tre intervensjonene resulterte i bedringer i forhold til barnas adferd sammenlignet med venteliste-kontrollgruppen. Barna som deltok i de to gruppene som mottok Dinosaurusskolen viste signifikant flere positive løsninger av sosiale problemer og konfliktløsning sammenlignet med gruppene som bare mottok Foreldretreningsprogrammet og kontrollgruppen. En pilotstudie (Hutchings, Bywater, Daley, & Lane, 2007) er nylig gjennomført i England på en liten gruppe barn ($N = 9$) med til dels store adferdsvansker. Gruppen ble kartlagt før og etter deltakelse i Dinosaurusskolen, og resultatene viste en bedring i forhold til adferdsproblemer og økte sosial ferdigheter for denne gruppen. En svakhet med studien er imidlertid manglende kontrollgruppe og at den er basert på en svært liten gruppe barn.

Artiklene og andre som omhandler evalueringer av Foreldretreningsprogrammet er gjort tilgjengelige via hjemmesiden til "The incredible years"
(http://www.incredibleyears.com/library/show_all.asp).

Spredningspolitikk og implementeringsstrategier

Spredningsstrategien er en kombinasjon av aktiv rekruttering av og søknad fra organisasjoner (se f.eks Tjelflaat, Skatland, Hanssen, & Erstad, 2002). Det tas sikte på å etablere DUÅ både i kommunale tjenester og i spesialisttjenesten. Førstelinetjenestene i det aktuelle området blir aktivt invitert når en spesialisttjeneste (BUP) har søkt om å få tilby DUÅ. Tilsvarende blir spesialisttjenestene i det aktuelle området aktivt invitert når en (eller flere) kommunale tjenester har søkt. På denne måten gis det mulighet for å tilby DUÅ både om et forebyggende tiltak og som behandlingstiltak. DUÅ tar sikte på en geografisk spredning.

Implementeringen er kontraktsbasert mellom DUÅ og organisasjonens leder. Det underskrives gjensidig forpliktende kontrakt med organisasjonen som skal bruke programmet. Kontrakten inneholder spesifikasjoner av de rammebetingelser som er nødvendig for å kunne tilby DUÅ. Når en organisasjon er godkjent som DUÅ organisasjon og kontrakten er inngått arrangerer DUÅ lokal start-workshop. Første Dinosaurusskolegruppe skal starte umiddelbart etter work-shopen og følges opp i et system av veiledning og oppfølging. Nye gruppeledere mottar en veiledning før gruppesammensetning, tre heldagsveiledning i løpet av første gruppe, to veiledninger under andre og tredje gruppe. Deretter regelmessig og varig veiledning. DUÅ har et mentorsystem. Mentorene er strategisk plassert i forskjellige regioner i Norge. Mentorene



har ansvar for opplæring av nye gruppeledere og kvalitetssikringen av DUÅ i sin region. Opplæring av nye organisasjoner administreres fra DUÅ kontoret i Tromsø.

I hovedsak blir Dinosaurusskolen bare etablert i organisasjoner som allerede har etablert foreldreprogrammet. Dinosaurusskolen i klasserommet etableres i kombinasjon med skole-barnehageprogrammet (klasseledelsesprogram).

Kvalitetssikring av tiltaket

Grunnmuren i kvalitetssikringssystemet er sertifiseringsordningen. Gruppelederne blir sertifisert etter gjennomført veiledning og individuell vurdering. Sertifiseringen foregår etter søknad og ved videoanalyse av to gruppemøter og på bakgrunn av evalueringer av foreldre fra to grupper. Sertifiseringen foregår i DUÅ's hovedkontor i Seattle, USA etter innstilling fra norsk mentor. DUÅ har et trener og mentorsystem. Trainer er utdannet av DUÅ hovedkontor i Seattle og er kvalifisert til å trene opp nye mentorer. Mentortreningen følger en prosedyre der "mentor-in-training" co-trener med en trener gjennom fire work-shoper og avsluttes med en solo-workshop som videofilmes og vurderes av programutvikler. Mentorene har årlige mentormøter med programutvikler og nasjonale mentormøter – i Norge fire ganger i året der mentorene oppdateres med nyheter, trener på løsninger av faglige dilemmaer og diskuterer videreutvikling av implementerings- og kvalitetssikringssystemet. DUÅ gjennomfører en årlig spørreskjemaundersøkelse om status for DUÅ i organisasjonen.

Mentorene har ansvar for kvalitetssikringen i sitt geografiske område og arrangerer kontinuerlig veiledning av gruppeledere, video-review og konsultasjonsdager.

Kostnadene for implementering av tiltaket

Organisasjoner som kommer inn under den nasjonale implementeringsplanen for DUÅ; vil få dekket utgifter til etablering av programmet i egen organisasjon. Dette inkluderer utgifter til følgende materiell; manualer og fagbok, hånddukker, video-/DVD-vignetter, tilrettelagt materiale for gruppene, bøker til barna, etc. Workshop og vedvarende "på stedet" veiledninger samt avgift for å bli registrert som gruppelederkandidat hos The Incredible Years i Seattle (\$25 pr gruppeleder) og sertifiseringsavgift (\$250 pr gruppeleder) dekkes også av DUÅ. Organisasjonen må selv dekke lønn til gruppeledere, eventuell transport av foreldre/barn til samlingene, mat/forfriskninger til samlingene, leker for barna, TV-/video-/DVD-utstyr, "flip-over", videotapes/DVDs til opptak av gruppemøtene, kopieringsutgifter, klistremerker og premier til barna i gruppene. Organisasjonen må stille med egnede grupperom med plass til fem til syv barn og gruppeledere i aktuelle aktiviteter; - med tilstøtende oppholdsrom for pauser, spising, toaletter etc.

Ungsinpanelets vurdering av tiltaket

Dinosaurusskolen er et manualisert program som retter seg mot barn i alderen 4 til 8 år som har alvorlige atferdsforstyrrelser eller er i risiko for å utvikle alvorlige adferdsforstyrrelser. Formålet med intervensjonen er lavere frekvens og intensitet av



atferdsproblemer hos barnet, samt styrking av barnets sosiale kompetanse og følelsesmessige reaksjoner.

Innholdet i Dinosaurusskolen er grundig beskrevet gjennom oversiktlige manualer, i bøker og andre publikasjoner. Det foreligger manualer for både opplæring av terapeuter, håndbøker for foreldrene, hjemmeleksehefter og belønningsmaterieell for barna samt annet videomateriale som benyttes under opplæringen. Tiltaket har en gjennomarbeidet implementeringspolitikk og strategi. Det er knyttet systematiske kvalitetssikringsprosedyrer og prosedyrer for vedlikehold av kompetanse til tiltaket. Dinosaurusskolen bygger på en allment akseptert teoretisk og forskningsmessig base, og tiltaket er evaluert i USA ved RCT-studier.

Ungsinns klassifisering

Dinosaurusskolen anvendes ikke alene men alltid i kombinasjon med Foreldretreningsprogrammet i Norge, og det er muligens årsaken til at det ikke foreligger norske studier som undersøker effekten av Dinosaurusskolen alene. Dinosaurusskolen klassifiseres dermed som et tiltak på evidensnivå 2 (sannsynlig virksomt tiltak).

Dersom man vurderer Dinosaurusskolen i kombinasjon med Foreldretreningsprogrammet vil klassifikasjonen bli annerledes. Her foreligger det en norsk RCT studie (Larsson et al., 2008) som viser reduserte adferdsproblemer i gruppen som mottok kombinasjonen av Foreldretreningsprogrammet og Dinosaurusskolen sammenlignet med kontrollgruppen. Denne kombinasjonen klassifiseres som et dokumentert virksomt tiltak på evidensnivå 4 med dokumentasjonsgrad 5 (*****). Se Ungsinns vurdering av Foreldretreningsprogrammet (tiltak nr. 3 i Ungsinn).

Referanser:

- Fossum, S., & Mørch, W.-T. (2005a) "De utrolige årene". Empirisk dokumentert og manualisert behandling av atferdsforstyrrelser hos små barn. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 42, 3, 195-203.
- Fossum, S., & Mørch, W.-T. (2005b). De utrolige årene: Webster-Strattons foreldre-barn- og lærerbaserte metode for behandling av små barn med atferdsforstyrrelser. I L. Scheldrup, C. Omre & Marthinsen (Red.). *Nye metoder i et moderne barnevern*. Oslo: Fagbokforlaget.
- Hutchings, J., Bywater, T., Daley, D., & Lane, E. (2007). A pilot study of the Webster-Stratton Incredible Years Therapeutic Dinosaur School Programme. *Clinical Psychology Forum* 170, 21-24.
- Larsson, B., Fossum, S., Clifford, G., Drugli, M. B., Handegård, B. H., & Mørch, W.-T. (2008). Treatment of oppositional defiant and conduct problems in young Norwegian children: Results of a randomized controlled replication trial. *European Child & Adolescent Psychiatry*. Published online January 2008.
- Tjelflaat, T., Figenschow Skatland, W., Hansen, E., & Erstad, I. (2002) Informasjonsarbeid i ukjent terreng. Om rekruttering av små barn med



atferdsvansker til Webster-Stratton programmet. Trondheim: Barnevernets utviklingscenter i Midt-Norge. ISBN: 82-91927-04-9.

Webster-Stratton, C., & Hammond, M. (1997). Treating children with early-onset conduct problems: A comparison of child and parent training interventions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 65, 93-109.



RBUP Nord

Regionsenter for barn og unges psykiske helse