



Evalueringsrapport af Cool Kids projekt i PPR Center Ishøj/Vallensbæk

Nedenstående rapport har til formål at evaluere PPR's Cool Kids projekt der i nuværende form blev etableret i januar 2015.

Evalueringen opdeles i en række underområder:

- ◆ De praktiske forhold
- ◆ Cool Kids materialet
- ◆ Målgruppen
- ◆ Samarbejdet mellem terapeuterne
- ◆ Tidsforbrug
- ◆ Supervision
- ◆ Netværkssparring
- ◆ Evaluering
- ◆ Fremtidsperspektiver

De praktiske forhold

Cool Kids grupperne har hovedsagelig mødtes i Idrætscenter Ishøj, idet der her var to lokaler ved siden af hinanden til rådighed, hvilket tilbuddet fordrer, da der arbejdes henholdsvis med hele familien og børn og forældre hver især.

Enkelte sessioner har været afholdt i PPR Center Ishøjs lokaler, da der i Cool Kids programmet indgår eksponering, og det har Ishøj Centret med elevatorer, forretninger, offentlige toiletter og togstation været ideelt til.

Cool kids forløb består af i alt 10 sessioner à 2 timers varighed, som man skal kunne deltage i sammen med én eller meget gerne begge forældre. De 6 første sessioner har været udført ugentligt medens de 4 sidste sessioner har været udført med 2 ugers mellemrum. Familierne skal gennem hele processen arbejde målrettet med angstproblematikken i eget miljø.

Der har været indkøbt tegnemateriale, spil, tæpper. Vi har ligeledes indkøbt klistermærker som belønning til børnene. Der har været kaffe/te/vand og frugt eller kage som traktement.

Derudover har hver familie fået et sæt manualer til en pris af kr. 300. Terapeuterne har fået udleveret et undervisningskompendium til 450 kr. x 2 som en engangsudgift.

Cool Kids materiale

Man ved at ca. 15 % børn og unge i Danmark har en angstlidelse, og at ubehandlet angst i barnealderen ofte vedbliver ind i voksenalderen, og forøger risikoen for udvikling af f.eks. depression og misbrug. Derfor er det af stor betydning, at børn med angst får en målrettet behandling.

Cool Kids er et videnskabeligt afprøvet adfærdsterapeutisk behandlingsprogram for børn og unge med angstlidelser. Programmet der er udviklet i Australien, indeholder et 10 sessions behandlingsforløb for børnene og deres forældre med fokus på at lære dem at håndtere angsten i fællesskab. Cool Kids programmet er egnet til børn i alderen 7-17 år. For unge mellem 13 og 17 år kaldes cool kids programmet Chilled - indholdet er det samme.

For at kunne varetage Cool kids er det en forudsætning, at terapeuterne har et indgående kendskab til kognitiv adfærdsterapi, hvorfor det også vil være nødvendigt med ekstern supervision, hvis det påtænkes at flere medarbejdere skal kunne varetage disse gruppeforløb.

Behandlingsforløbet har fulgt Cool Kids programmets danske manualer, der er udarbejdet af Angstklinikken på Århus Universitet. Terapeuterne har dog hele tiden haft for øje, at tage udgangspunkt i det enkelte barns problematik, forståelsesevne og koncentrationsniveau tilrettelæggningen af undervisning og hjemmeopgaver.

Som afslutning på hver session har der været udført en mindfulnessøvelse med forældre og børn sammen.

Målgruppe

Ishøj Kommunes kommunikationsafdeling tog kontakt til alle folkeskoler i Ishøj og Vallensbæk så tilbuddet om et Cool Kids forløb blev lagt ud på skolernes forældreintra. Dette resulterede i at 17 familier med børn i alderen 7-13 år henvendte sig, idet de oplevede at deres barn var meget hæmmet i dagligdags gøremål og i skolesammenhænge på grund af angst.

Alle familier og børn har været til en forsamtale. Formålet med denne forsamtale er, at terapeuterne kan præsentere tilbuddet mere indgående. Derudover er formålet at forældre og barn har mulighed for at uddybe angstens omfang, hvordan angsten hæmmer barnet, og i hvor høj grad angsten generelt virker forstyrrende ind i familien.

Alle familier har inden forsamtalet fået tilsendt screeningsmateriale i form af selvrapporтерingsskemaerne Beck Youth Inventories og SCAS-C og P (Spence Children's Anxiety Scale). Disse belyser barnets egne oplevelser af : Selvbillede, Angst, Depression, Vrede og Normbrydende adfærd, samt den unges angstniveau i forhold til Panikangst, Separationsangst, Frygt for fysiske skader, Socialfobi, OCD og Generaliseret angst.

En samlet vurdering viste, at 2 af børnene havde så omfattende psykiske vanskeligheder, at de skulle visiteres til andet tilbud. Der blev derfor taget kontakt til de respektive psykologer på de skoler børnene gik på for at bede dem om at tage hånd om børnenes videre forløb.

Øvrige 15 børn blev delt op i tre grupper, således at de yngste 6-8 årige kom i en gruppe, og de øvrige børn blev opdelt således, at de to grupper passede med kønsfordeling og aldersspredning.

Der er gennemført et gruppeforløb á 10 sessioner med den ene gruppe af børn i alderen 10-12 år og et halvt gruppeforløb med de yngste børn. Den sidste gruppe vil påbegynde gruppeforløb september 2015, hvor de yngste børn også vil få de 5 afsluttende sessioner.

I de to grupper har børnene haft forskellige former for angst, og det har efter vores vurdering været givtigt for børnegruppen at høre om de andre børns vanskeligheder. Cool Kids materialet har været anvendeligt i forhold til alle børnene.

Det er af stor betydning, at der afsættes tid til forsamtaler, og at der laves screening inden børnene tilbydes et gruppeforløb. Her sker en forventningsafstemning for alle parter. Terapeuterne anvender screeningsmaterialet samt forsamtalet til at inddele børnene i relevante grupper i forhold til angstproblematik, alder, køn og kemi.

Samarbejdet mellem terapeuterne

Terapeutgruppen har bestået af en konsulent med en specialistuddannelse i kognitiv terapi, en lærer, hvis opgave hovedsagelig har været at være sammen med børnene, når terapeuterne var sammen med forældrene, samt en psykolog med specialistuddannelse i kognitiv terapi i forhold til børn og unge.

Til gruppen af de 6-7 årige har dette været kørt af konsulent og psykolog uden brug af en ekstra voksen. Dette skyldes dels at denne gruppe består af færre deltagere og dels for at terapeuterne er mest muligt sammen med børnene. Derudover er terapeuterne blevet fortrolige med anvendelsen af programmet.

Rollerne under pilotprojektet har været at terapeuterne på skift har været hovedansvarlige for henholdsvis enten børnegruppe eller forældregruppe. Dette har gjort at begge terapeuter har været involveret i udviklingen hos både børn og forældre, hvilket har været berigende for alle parter.

Tidsforbrug

De to terapeuter har mødtes 1,5 time inden hver session for at forberede dagens session og taget stilling til, hvorvidt der skulle tilrettelægges noget særligt for enkelte børn. Derudover har der været brugt tid på transport samt møblering af lokaler. Efter hver session er der brugt en halv time til oprydning og intern evaluering af dagens session.

Herudover har terapeuterne hver især forberedt sig ved gennemlæsning af dagens session både ud fra barn-, forældre- samt terapeutmanual.

Der har været afsat tid til projektet således, at der kan køre 2 gruppeforløb årligt. I udregning af tidsforbrug blev der taget højde for: tilvejebringelse af lokaler, udarbejdelse af fol-

der, kontakt til forældre, skoler, psykologer, før, under og efter gruppeforløb, forsamtaler, opgørelse af screeningsmateriale, gruppesammensætning, forberedelse af sessioner, opfølgningssmøder efter endt gruppeforløb.

Ekstern supervision

Under forløbet har de to terapeuter modtaget supervision 6 gange á 2 timer fra ekstern psykolog med længere praksiserfaring i Cool Kids programmet. Supervisionen har været nødvendig, da der kommer mange uventede problematikker op i en gruppeintervention, hvor der både er børn og forældre. Derudover har supervisor kunne vejlede i forhold til spørgsmål til de enkelte sessioner.

Fremadrettet vil behovet for supervision minimeres til 3 x 2 timers supervision af ekstern supervisor, dette for at sikre at terapeuterne kan tage problematikker op, som kan blive be-lyst relevant. Fremadrettet anbefaler vi, at der tilknyttes en supervisor, der er specialistud-dannet i angst hos børn.

Netværkssparring

Der har været 3 sparringsmøder mellem PPR Ishøj/Vallensbæk og PPR Køge. PPR Ishøj havde erfaring fra tidligere forløb, og derfor henvendte PPR Køge sig i første ombæring til os, da de skulle i gang med at køre deres første gruppeforløb i Cool Kids. Sidenhen har der været en fælles vidensdeling og idéudveksling imellem de to kommuner. Der er ikke planlagt spar-ringsmøder videre frem, eftersom begge kommuner oplever, at være lykkedes godt med gruppeforløbene og har fundet sine ben i materialet og de udfordringer, der kan opstå.

Evaluerig

Projektet er evalueret kvalitativt via evalueringsskema til børn og forældre og systematisk tilbagemelding fra børn og voksne i plenum. Desuden er der foretaget kvantitativ evaluering med selvrapporteringskemaet SCAS- C og P.

Både skemaer og interviews indikerer, at Cool Kids forløbet har levet op til børnenes og forældrenes forventninger, idet alle melder tilbage, at de oplever, at der er sket en betydelig forandring. Angstniveauet hos børnene er faldet, og forældre og børn har alle fået redska-ber fra Cool Kids programmet til at hjælpe børnene igennem angsten, når denne har meldt sig.

Angsten forsvinder ikke ved et trylleslag, men alle parter har fået redskaber til at håndtere angsten, til at gå bagom angsten og følte sig ved endt forløb, rustet til at arbejde videre på egen hånd.

Der har været synligt for terapeuterne, at børnene har udviklet et mere positivt selvbillede og større selvværd i takt med, at de har klaret at blive separeret fra deres forældre, turdet byde ind i gruppen, interageret med de øvrige børn, komme med tilkendegivelser i den sam-lede gruppe, og ikke mindst for til sidst at turde udfordre deres største frygt i fællesskab med øvrige gruppemedlemmer. Det har været en sand glæde at se, hvordan børnene har støttet hinanden, taget hinanden i hånden og formået at bruge de redskaber de har fået gennem forløbet, når de har udfordret deres angst.

Forældrene har fået redskaber til fremadrettet at håndtere barnets angst, samt en indgåen-de indsigt i deres egen andel i vedligeholdelses- og undgåelsesadfærd.

Forældrene har udtrykt stor tilfredshed med at kunne være i et forløb med andre forældre. De har udvekslet erfaringer, delt med hinanden hvad der er lykkedes og mislykkedes, samt støttet hinanden i at holde ud.

Der er opstået fællesskaber mellem børn og forældre, og nogle børn har udfordret angsten hjemme hos en anden familie, der var med i programmet, fx. angst for at sove ude hos andre uden mor og far.

Ligeledes har det været af stor betydning for forældre og børn at opleve, at de ikke er de eneste, der har angst.

Desuden er det også vores opfattelse, at både børn og forældre fremadrettet vil være gode ambassadører til at sætte lys på angst, og at det ikke er så farligt at tilkendegive privat og i skolesammenhæng, at man har angst

For at undersøge og sikre en fortsat bedring efter endt gruppeforløb laves der opfølgningssgang af 2 timers varighed for gruppen 3, 6 og 9 måneder efter endt gruppeforløb.

Fremtidsperspektiver

Det er vores anbefaling at pilotprojekter fremadrettet bliver et etableret tilbud i PPR regi, dette for at sikre at tilbuddet bevarer sit høje faglige niveau, og at tilbuddet varetages af højt kvalificerede medarbejdere.

Vi vurderer, at det vil være relevant at udbyde cool kids gruppeforløb til hele målgruppen af børn i alderen 7-17 år. Det vil sige, at også de 13-17 årige bliver tilbudt gruppeforløb.

Derudover er der udarbejdet cool kids materiale, der er målrettet børn med autismspektrumforstyrrelse. I disse år inkluderes flere børn med bl.a. autismspektrumforstyrrelse i den almindelige folkeskole. Da man generelt set og også i PPR oplever, at flere børn med autismspektrumforstyrrelse får skoleværing bl.a. grundet angst, vurderer vi, at det på sigt vil være relevant at tilbyde gruppeforløb for denne målgruppe.

Ása Egholm,
Psykolog ved PPR
cand.psyk.aut.

Susanne Elise Pliniussen
Konsulent ved PPR
Kognitiv psykoterapeut