

Árangur meðferðar

Í þau skipti sem Klókir krakkar hefur verið haldið á Austurlandi hafa matslistar verið lagðir fyrir þátttakendur við upphaf og lok námskeiðs. Börnin svöruðu tveimur listum: Sjálfsmatskvarða yfir kvíðaeinkenni (MASC) og sjálfsmatskvarða yfir þunglyndiseinkenni (CDI). Foreldrar svöruðu tveimur matslistum: Spurningum um styrk og vanda (SDQ) og Huglægt mat á kvíðahegðun. Reiknuð voru hópmeðaltöl fyrir og eftir námskeið og þau borin saman. Niðurstöður voru þær að lækkun kom fram á öllum hópmeðaltölum. Við lok námskeiðs voru flest hópmeðaltölin neðan klínískra marka. Niðurstöður erlendra rannsókna gefa til kynna að árangur námskeiðs kemur oft ekki í ljós fyrr eftir að námskeiði er lokið (Bögels og Siqueland, 2006, sjá umfjöllun hér að neðan). Ekki er því ólíklegt að þessu börn haldi áfram að taka framförum á næstu mánuðum.

Sjá nánari umfjöllun um niðurstöðurnar:

[Klókir krakkar á Reyðarfirði, desember 2009](#)

[Klókir krakkar á Egilsstöðum, maí 2010](#)

Íslenskar rannsóknir:

Á Íslandi hafa verið gerðar tvær rannsóknir á meðferðarúrræðinu Klókir krakkar fyrir barna- og unglingsgeðdeild LSH (BUGL). Þá voru matslistar lagðir fyrir foreldra og börn fyrir og eftir meðferð (sömu matslista og voru lagðir fyrir hér á Austurlandi). Í fyrri rannsókninni var lagt mat á árangur 6 tíma meðferðar (Edda M. Guðmundsdóttir, 2005), en í seinni rannsókninni var lagt mat á árangur 10 tíma meðferðar (Lydía Ósk Ómarsdóttir og Unnur Vala Guðbjartsdóttir, 2008). Í báðum rannsóknum kom fram lækkun á kvíða- og þunglyndiseinkennum eftir 6 tíma, en ekki kom fram munur á árangri á 6 tíma og 10 tíma meðferðinni.

Síðustu 4 tímarnir í 10 tíma meðferðarúrræðinu snúa að félagsfærni. Á matslistum kom ekki fram breyting á félagsfærni eftir þessa 4 tíma. Hugsanlega hefði mælst árangur ef matslistar hefðu verið lagðir fyrir aftur að lengri tíma liðinum, þar sem félagsfærni er mjög háð æfingu og reynslu í félagslegum samskiptum.

Erlendar rannsóknir:

Margar rannsóknir hafa verið gerðar á meðferðarúrræðum við kvíða barna og mismunandi úrræði verið borin saman. Hópmeðferðir hafa komið vel út úr þessum rannsóknum. Kostir við hópmeðferð eru til dæmis að gott er að upplifa að aðrir eiga við sambærileg vandamál að stríða, oft er hægt að

læra af öðrum þátttakendum, kennslan verður líflegri og býður upp á góð tækifæri til æfinga. Aftur á móti er meðferðin ekki einstaklingsmiðuð og því ef til vill ekki unnið með önnur vandamál sem kunna að vera til staðar (til dæmis fylgiraskanir).

Niðurstöður rannsóknar Bögels og Siqueland (2006) á árangri hópmeðferðar við kvíða barna, voru þær að strax að lokinni meðferð uppfylla 41% barnanna ekki lengur greiningarviðmið fyrir kvíðaröskun, 3 mánuðum síðar er hlutfallið komið upp í 56% og einu ári eftir að meðferð lýkur er hlutfallið orðið 71%.

Flestar niðurstöður benda til þess að þátttaka foreldra hafi mikið að segja fyrir árangur meðferðar, bæði þegar árangur er skoðaður strax að lokinni meðferð og einnig þegar til langs tíma er litið. Sumum rannsakendum hefur ekki tekist að sýna fram á tengsl milli þátttöku foreldra og árangur meðferðar hjá eldri börnum og unglingum. Hugsanleg hefur þátttaka foreldra mest vægi þegar börnin eru ung (Barrett, Dadds og Rapee, 1996; Barrett, Duffy, Dadds og Rapee, 2001 og Waters, Ford, Wharton og Cobham, 2009).

Heimildir:

Barrett, P.M., Dadds, M.R. og Rapee, R.M. (1996). Family treatment of childhood anxiety: A controlled trial. *Journal of consulting and clinical psychology*, 64 (2), 333-342.

Barrett, P.M. (1998). Evaluation of cognitive-behavioral group treatments for childhood anxiety disorders. *Journal of Clinical Child Psychology*, 27 (4), 459-468.

Barrett, P.M., Duffy, A.L., Dadds, M.R., & Rapee, R.M. (2001). Cognitive-behavioral treatment of anxiety disorders in children: Long-term(6-year) follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69, 135-141.

Bögels, S.M. og Siqueland, L. (2006). Family cognitive behavioral therapy for children and adolescents with clinical anxiety disorder. *Journal of American academy of child and adolescent psychiatry*, 45 (2), 134-141.

Edda Margrét Guðmundsdóttir. (2005). *Mat á árangri hópmeðferðar við kvíða barna*. Óbirt Cand.Psych. Ritgerð: Háskóli Íslands, Félagsvísindadeild.

Lydía Ósk Ómarsdóttir og Unnur Vala Guðbjartsdóttir. (2008). *Mat á árangri tíu tíma hópmeðferðar við kvíða barna: Klókir Krakkar*. Óbirt BA-ritgerð: Háskóli Íslands, Félagsvísindadeild.

http://skemman.is/bitstream/1946/3407/1/Lydia_og_Unnur_fixed.pdf

Waters, A.M., Ford, L.A., Wharton, T.A. og Cobham, V.E. (2009). Cognitive-behavioral therapy for young children with anxiety disorders: Comparison of a child + parent condition versus a parent only condition. *Behaviour research and therapy*, 47, 654-662.