

Fleire droppar skulemjølka

ERNÆRING: Delen skulebarn som er med på skulemjølkordninga har falle frå 54,1 prosent til 46,8 prosent dei siste sju åra. Det uror bransjelselskapet Opplysningskontoret for Meieriprodukter. – Mjølkbidrag med mange næringsstoff i kosthaldet til barn og unge, og helsestyrkesmakene tirlår mjølk på skulen i tillegg til vatn.

NPK

LES I MORGEN

Åndelig føde i livets høst

Hva skjer den dagen Hans Olav Tungesvik ikke kommer seg til kirke lenger? Hvem skal da ivareta hans åndelige liv?



Få klagar på veterinæren

KJÆLEDYR: Ein av fem som har vore med kjæledyret sitt hos veterinær, var misfornøgd med behandlinga dei fekk, men få av dei klaga. Det viser ei undersøking som Norstat har gjort for Forbrukarrådet. – Problemet er at dei misfornøgdde ikkje trur at dei når fram, eller ikkje vil bruke tid på å klage, seier kommunikasjonsrådgivar Martin Skaug Halsos i Forbrukarrådet.

NPK

INSPIRASJON I HVERDAGEN

MANDAG



FAMILIE

TIRSDAG



MENIGHET

ONSDAG



MISJON

TORSdag



KULTUR



INSPIRASJON

SAMSPILL: Unge som sliter med depresjon viser raskere bedring når terapien skjer i et samspill med foreldrene, viser forskning.

✉ Johanna Hundvin Almelid ✉ johanna.hundvin.almelid@dagen.no ✉ JohannaHAlmelid

– De voksne er et svar, ikke et problem

Attachment based family therapy (ABFT) har vært prøvd ut i Filadelfia i USA. Der forsket man på unge med selvmordstanker. De ble delt inn i to grupper, der den ene fikk individuell terapi, og den andre fikk familiebehandling.

– Resultatet viste at den siste gruppen hadde klart bedre utfall, sier Pravin Israel. Han er barnepsykolog og seniorforsker ved Akershus universitetssykehus og førsteamanuensis ved Universitetet i Oslo. Han leder nå en stor studie av nærmere 100 familier for å teste ut effekten av familiebasert behandling i spesialisthelsetjeneste i Norge.

EN GAMMEL TANKE

– Hvorfor er det en ny tanke at det kan være positivt å spille på lag med foreldrene i behandlingen av depresjon?

– Egentlig er det en gammel tanke som ble overskygget av en psykologisk trend. På 60- og 70-tallet ble spesielt mødre sett som problematisk i utviklingen av ulike typer problemer. Et eksempel var barn med autisme. Forklaringen skulle være at mor var kald og ikke viste følelser, noe som kunne føre til at barnet utviklet autisme. Foreldrene ble videre fremstilt som negative i utviklingen av mentale helseproblemer, og i behandlingen av dem. Det førte til et økt fokus på individuell terapi.

BETYDNINGSFULLE VOKSNE
Det nye ved metoden som skal

prøves ut, er at foreldrene får en viktig rolle i terapien. De skal få sin plass som «betydningsfulle voksne» for gutten eller jentens sin.

– Vårt mål er at de unge skal bruke dem som ressurspersoner, og som primære tilknytningspersoner. Det er de som vil være der, lenge etter at terapien er ferdig.

– Hva med de unge. Er de åpne for å gi foreldrene plass i terapien? – Det er vårt inntrykk, ja. Når vi informerer om prosjektet og ber om samtykke til å være med, virker det som mange unge sier umiddelbart «ja». Det merkelige er at foreldrene virker litt mer skeptiske. Men selvsagt har vi også hatt unge som ikke vil ha foreldre med i terapien.

I et intervju med forskning.no sier Israel at unge vil at foreldrene skal lytte til dem og forstå deres verden, men at de ikke ønsker at de straks skal komme med løsninger på problemene deres. Han tror at foreldre lett kan bli defensive når de unge tar opp konfliktstoff. Det kan være krevende å ta imot kritikk, og ofte kommer de voksne med unnskyldninger, eller de begynner å gråte.

● **Det er foreldrene som vil være der, lenge etter at terapien er ferdig.**

Pravin Israel



FORSKER: Pravin Israel er barnepsykolog og seniorforsker ved Akershus universitetssykehus.

Foto: Privat

FAKTA ABFT-TERAPI

Den nye terapien som skal testes ut er en behandlingsmetode etter modell fra den amerikanske Attachment based family therapy (ABFT).

Terapien behandler unge med alvorlig depresjon på en mer systematisk måte enn tradisjonell terapi.

Barnepsykolog Pravin Israel leder forskningsprosjektet i Norge som involverer rundt 100 familier.

dre tenker at de ikke har noen betydning for den unges tilstand og liv.

KREVENDE TERAPI

Forskeren legger ikke skjul på at familieterapi er krevende.

– Den krever mer ressurser, og for terapeuten er det krevende å skulle håndtere en hel familie; mor, far, ungdom, søsken. Mange kommer dessuten fra familier med skilte foreldre. Det skaper en egen dynamikk. Noen foreldre samarbeider godt, andre gjør det ikke. I tillegg er det intensivt for familien. I forskningsprosjektet skal de gå regelmessig i samtale i 16 uker, og må komme minst en gang ukentlig. Samtidig viser erfaringen at færre unge dropper ut av behandling når foreldrene er med, sier han til Dagen.

PILOTPROSJEKT
I 2008 gjennomførte Israel et pilotprosjekt i Stavanger på unge med selvmordstanker. 20 familier deltok og ble delt inn i to grupper. Resultatet viste at de som fikk familiebehandling ble raskere bedre enn de som gikk i individuell terapi. Denne gangen har de valgt ut unge som sliter med depresjon, fordi det er den største gruppen som henvises til Barne- og ungdomspsykiatrisk behandling (BUP) i alderen 13 til 17 år.

– Greier foreldrene å se seg selv som en ressurs? – Noen tenker umiddelbart om seg selv som en ressurs, mens an-



DEPRESJON: Den største gruppen som henvises til Barne- og ungdomspsykiatrisk behandling (BUP) i alderen 13 til 17 år sliter med depresjon. Det er denne gruppen det skal illustrasjonsfoto: Piotr Marcinski, Yaimages