

Bilaga 1. Karakteristika för program som utvärderas i rapporten

Föräldraskapsprogram

Beardslee's familjeintervention (Family Talks Intervention)	
Teoretisk bas	KBT
Preventionsnivå och ålder på barnet	Selektiv, barn 8-15 år
Programmets innehåll	Programmet syftar till att öka skyddsfaktorer och minska kända riskfaktorer när en förälder har ett förstämningssyndrom
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Individuellt. Tre sessioner riktas till föräldrarna enbart, en till barnen enbart och en till hela familjen. Förmedlat av licensierade psykologer eller socialarbetare.
Programmets omfattning	Antal sessioner: Normalt fem (Beardslees familjeintervention – SFB!) Intensitet: Längd på sessionen: Boosterdos: ja, två uppföljningsträffar

Coping and Promoting Strength Program	
Teoretisk bas	Programmet bygger på KBT för ängsliga ungdomar och har inspirerats av Beardslee's familjeintervention.
Preventionsnivå och ålder på barnet	Selektiv/indikerad, barn 6-13 år
Programmets innehåll	Programmet syftar till att öka barnets motståndskraft, reducera kända riskfaktorer som är förknippade med att ångest utvecklas samt att öka kunskapen om ångest för att förbättra kommunikationen
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Individuellt. Två sessioner till föräldrarna enbart, övriga till samtliga intresserade i familjer. Förmedlat av kliniker.
Programmets omfattning	Antal sessioner: 6-8 Intensitet: en gång i veckan Längd på sessionen: ca 60 minuter Boosterdos: ja, 3 stycken med en månads mellanrum



Bilaga 7

2 (13)

Program för att förebygga psykisk ohälsa hos barn, rapport 339 (2021)

Connect	
Teoretisk bas	Anknytningsteori, systemteorier
Preventionsnivå och ålder på barnet	indikerad, 9-16 år
Programmets innehåll	Utbildning, rollspel
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	grupp med 12-14 föräldrar, kliniker
Programmets omfattning	Antal sessioner: 10 Intensitet: en gång i veckan Längd på sessionen: ca 60 minuter

Cope	
Teoretisk bas	Social inlärningsteori samt principer från bl a kognitiva och social psykologiska modeller om attitydförändring
Preventionsnivå och ålder på barnet	Indikerad, 3-12 år
Programmets innehåll	Modellering, gruppdiskussioner, rollspel, hemarbeten
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Grupp om max 25 föräldrar, kliniker
Programmets omfattning	Antal sessioner: 10 Intensitet: en gång i veckan Längd på sessionen: ca 60 minuter

Family Check Up	
Teoretisk bas	<p>Bygger på Bronfenbrenners "social ecology theory of development", ett ramverk för olika nivåer av interaktioner mellan individen o dennes omgivning under personens hela utvecklingen.</p> <p>Stormshak EA, Thomas J Dishion TJ. An ecological approach to child and family clinical and counseling psychology. Clin Child Fam Psychol Rev. 2002 Sep;5(3):197-215. doi: 10.1023/a:1019647131949.</p>
Preventionsnivå och ålder på barnet	<p>Selekterad, indikerad: Förskola ålder 2-4 år,</p> <p>Selekterad, indikerad: Förskola-skola 5-17 år</p> <p>Universell, selekterad, indikerad: Skola 12-14 år</p>
Programmets innehåll	<p>Family Check-up är en korttidsintervention som består av tre delar med ett första möte, sedan en kartläggning med familjeobservation och slutligen ett feedback möte. FCU identifierar styrkor och behovsområden i familjen inför ett förändringsarbete. För en del familjer räcker det som insats, medan det i andra familjer behövs uppföljning med ett skräddarsytt föräldrastöd. Till hjälp finns ett resurscentrum för utbildning och handledning i "Föräldraskap i vardagen" - ett individuellt föräldrastöd som direkt kan kopplas till FCU.</p>
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	<p>Ges som regel i grupp, vid behov enskilt i hemmet, terapeuter med utbildning i programmet är förmedlare. FCU kan användas i socialtjänst, på barnavårdscentral/ familjecentral och i övrig hälso- och sjukvård.</p>
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner:</p> <p>Universellt skolprogram: 6 lektioner till eleverna, kombinerat med tillgång till litteratur och videofilmer.</p> <p>Selektiv och indikerad nivå: inledande 3 träffar och därefter skräddarsydda 12 veckovisa gruppträffar</p> <p>Intensitet (gångar per vecka t ex): 1 gång/vecka</p> <p>Längd på sessionen: 2,5 tim</p> <p>Boosterdos: vid behov ges årlig booster</p> <p>Programmets varaktighet: <12 mån, för skolprogram: 1-2 år + booster vb</p>

Incredible Years (De otroliga åren)	
Teoretisk bas	<p>Behaviorism</p> <p>Social inlärnings teori (Bandura)</p> <p>Anknytningsteori (Bowlby)</p> <p>Teorin om "Coercive process" (Patterson) ses som en utvidgning och intergrering av behaviorism and "social learning theory".</p> <p>Webster-Stratton C, Reid MJ, Hammond M.</p> <p>Preventing conduct problems, promoting social competence: a parent and teacher training partnership in head start. J Clin Child Psychol. 2001 Sep;30(3):283-302.</p>
Preventionsnivå och ålder på barnet	Universellt, selektivt och indikerat
Programmets innehåll	<p>Träningsprogram för barnet, lärarna och föräldrarna</p> <p>Man utgår från att främja och stötta positiva beteenden, bygga upp barnets självförtroende, stärka föräldra-barn-relationen. Metoderna är konsekvent och tydlig gränssättning, metoder som "time-out" för föräldrar och barn i syfte att minska konflikter. Man använder videoinspelningar av samspelssituationer i familjen som diskuteras, och föräldrarna uppmanas träna olika strategier hemmavid.</p>
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Gruppvis för föräldrar respektive lärare av utbildade gruppledare eller terapeuter; gruppvis till elever via utbildade gruppledare eller utbildade lärare
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner: 12 eller fler (22)</p> <p>Intensitet (gångar per vecka t ex): 1/vecka</p> <p>Längd på sessionen: 1,5-2 tim</p> <p>Boosterdos: ibland</p> <p>Programmets varaktighet: 4 - 8 månader</p>

KOMET för föräldrar	
Teoretisk bas	Parent Management Training baserat på Webster Strattons, Pattersons och Barkleys modeller: KBT
Preventionsnivå och ålder på barnet	Indikerad, 3-12 år
Programmets innehåll	Utbildning, vinjetter, rollspel, hemuppgifter, broschyrer
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Grupp om 10-12 personer (6 familjer)
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner: 11 samt ett individuellt möte</p> <p>Intensitet: En gång i veckan</p> <p>Längd på sessionen: 2,5 timmar</p> <p>Programmets varaktighet: 11 veckor</p>

New Beginnings Program	
Teoretisk bas	<p>Social inlärningsteori, kognitiv beteendeteori.</p> <p>Wolchik SA, Sandler IN, Jones SN et al. The New Beginnings Program for Divorcing and Separating Families: Moving from Efficacy to Effectiveness</p> <p>Fam Court Rev. 2009 Jul 1;47(3):416-435. doi: 10.1111/j.1744-1617.2009.01265.x.</p>
Preventionsnivå och ålder på barnet	Ett selektivt riktat program till separerade föräldrar med barn i 3-18 års ålder.
Programmets innehåll	Man fokuserar på faktorer som är vanliga orsaker till barns beteendeproblem efter en skilsmässa. Man lär ut färdigheter i rollspel, har regelbunden praktisk träning i hemmet mm i syfte att förbättra relationen mellan barn och föräldrar och minska risken för att barnet ska exponeras för föräldrarnas inbördes konflikter.
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Grupper på 6-10 föräldrar förmedlat av utbildade gruppledare
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner: 10-11 gruppträffar</p> <p>Intensitet: 1gång/vecka</p> <p>Längd på sessionen: 1.75 timme</p> <p>Boosterdos: ej angivet</p> <p>Programmets varaktighet: 12 veckor</p>

Parent Child Interaction Therapy	
Teoretisk bas	Social inlärningsteori, anknytningsteori
Preventionsnivå och ålder på barnet	Indikerad, 2 till 8 år
Programmets innehåll	Förbättring av föräldraförmågan. Programmet är uppdelat i två faser: förbättring av relationer (barninriktad interaktion) samt disciplin och följsamhet (föräldrainriktad interaktion). Båda faser inleds med en föreläsning följt av sessioner där föräldern leker med barnet. En terapeut coachar föräldrarnas samspel med barnet. En spegel och hörsnäckan används för observation och coaching. Föräldern ska uppnått en viss nivå av förmåga för att börja i nästa fas. Föräldern får också hemuppgifter.
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Individuell och omfattar förälder och barn. Terapeut.
Programmets omfattning	Per fas: Antalet sessioner är inte fixerat utan programmet pågår tills föräldern nått uppsatta utvecklingsmål och barnet har förbättrats tillräckligt. Intensitet: en gång i veckan

Generation PMTO	
Teoretisk bas	Social inlärningsteori (Patterson 1992, Reid 2002).
Preventionsnivå och ålder på barnet	Selekterad och indikerad nivå.
Programmets innehåll	Innehåll vid sessionerna 1" Att arbeta genom förändring" – presentation av deltagarna och programmet 2. "Uppmuntra samarbete" – lära föräldrarna hur man ger barnen styrning på ett tydligt och respektfullt sätt för att öka följsamheten 3. Lära genom uppmuntran – hur man förstärker sociala beteende 4 och 5 Att sätta gränser och hålla fast vid dem – att styra utan tvång. 6 och 12 främja skolprestationer och färdighetsträning 7 Att kommunicera med barn 8 och 9 Att observera och hantera känslor 10 Problemlösningsstrategier

	<p>11 Konflikt hantering</p> <p>13 Barnet i andra miljöer: skola, med kamrater etc</p> <p>14 Balans mellan lek och arbete</p>
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	<p>Kan ges i grupp eller enskilt, det senare på klinik eller hemma.</p> <p>Terapeuter med utbildning i PMTO är förmedlare</p>
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner: 14 sessioner, kortare och längre versioner finns</p> <p>Intensitet: En gång per vecka</p> <p>Längd på sessionen: cirka en timma</p> <p>Boosterdos: Nej</p> <p>Programmets varaktighet: 14 veckor (kan variera)</p>

Triple P	
Teoretisk bas	Social inlärningsteori, KBT
Preventionsnivå och ålder på barnet	Alla preventionsnivåer, upp till 16 år
Programmets innehåll	<p>Programmet erbjuds på fem nivåer beroende på hur allvarliga problem barnet har. De flesta studierna i rapporten har använt nivå 4 som är avsett för barn med allvarigare problem. Föräldrarna lär sig och tränar på 17 föräldrastراتيجier. Programmet använder bl a rollspel, modellering, återkoppling och hemuppgifter i en arbetsbok.</p>
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Beroende på nivå. Nivå 4 oftast i grupp med yrkesföreträdare som förmedlare
Programmets omfattning	<p>Nivå 4:</p> <p>Antal sessioner: 4 gruppmöten samt fyra telefonkontakter</p> <p>Intensitet: en gång i veckan</p> <p>Tid per session: 2-3 timmar för gruppmöten, 15-30 min för telefonkontakter</p> <p>Varaktighet: åtta veckor</p>

Skolbaserade program för att förebygga externaliserande problem

Coping Power	
Teoretisk bas	<p>Socialkognitiva modell för aggressiva responser hos barn</p> <p>Referens: Lochman, J. E., Palardy, N. R., McElroy, H. K., Phillips, N., & Holmes, K. J. (2004). Anger management interventions. <i>J Early Intensive Behav Interv</i>, 1(1), 47-56. http://dx.doi.org/10.1037/h0100283</p> <p>Social inlärningsteori</p>
Preventionsnivå och ålder på barnet	<p>Indikerad nivå</p> <p>Barn i 10 till 12 års åldern som uppvisar aggressiva och störande beteenden</p>
Programmets innehåll	<p>Syftet är att minska aggressiva problembeteenden hos barn genom att använda kompetensbaserad träning för att öka social kompetens, självreglering och positivt föräldraengagemang.</p> <p>Barn-komponenten innehåller avsnitt om målsättning, organisations- och studiefärdigheter, medvetenhet om upphetsning [English word: arousal] och ilska, självreglering av ilska och upphetsning och social problemlösning.</p> <p>Föräldrakomponenten syftar till att förbättra förhållandet mellan förälder och barn och underlätta effektiva föräldravanor. Innehållet inkluderar belöning av lämpligt barns beteende, användning av effektiva instruktioner och regler, tillämpning av effektiva konsekvenser för olämpligt barns beteende, konstruktiv familjekommunikationspraxis och föräldrarnas stresshantering.</p>
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	<p>Gruppformat plus individuell samtalskontakt, ges inom skolan.</p> <p>Kvalificerade psykiatriska arbetare såsom skolrådgivare, socialarbetare, skolpsykologer etc.</p>
Programmets omfattning	<p>Barn komponent:</p> <p>Antal sessioner: 34 sessioner i grupp samt periodisk (ca en per månad) individuell samtalskontakt</p> <p>Intensitet: 15 till 18 månader</p> <p>Längd på sessionen: 40-60 minuter (grupp), 20-30 minuter (individuell)</p> <p>Föräldrar komponent:</p>

	<p>Antal sessioner: 16 sessioner i grupp samt individuell kontakt och hembesök</p> <p>Längd på sessionen: 90 minuter</p> <p>Programmets varaktighet: 15 till 18 månader (under två läsår). En förkortad form utformad för att passa in i ett läsår finns också, bestående av 24 barnsessioner och 10 föräldragrups-sessioner.</p> <p>Tillämpningen av Coping power kan variera, exempelvis i om föräldrar har deltagit, hur många sessioner man genomför och hur stora grupperna är</p>
--	---

Good Behavior Game och PAX	
Teoretisk bas	<p>Livskurs/social fältteori (life course/social field theory)</p> <p>Ref: Kellam SG, et al. <i>Mental Health and Going to School: The Woodlawn Program of Assessment, Early Intervention, and Evaluation</i>. Chicago: University of Chicago Press; 1976.</p> <p>Beteendeteori</p>
Preventionsnivå och ålder på barnet	Universell, 5-11 år
Programmets innehåll	GBG är en lek/spel där eleverna delas in i lag som kan vinna priser/belöningar när laget uppvisar prosocialt beteende.
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Gruppformat, ges inom skolan. Förmedlat av skolpersonal efter utbildning
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner: NA</p> <p>Intensitet: tre gånger i veckan</p> <p>Längd på sessionen: 10-45 minuter</p> <p>Inledningsvis används GBG ett fåtal gånger per vecka och i korta perioder, cirka 10 minuter per gång, framför allt när eleverna arbetar oberoende av läraren. Läraren inleder spelperioden och ger belöningar i slutet. Över tid ökar spelperioderna i längd och frekvens och efter ungefär sex månader kan GBG användas varje dag och belöningarna ges först i slutet av skoldagen eller skolveckan. När GBG införts fullt ut kan programmet användas när som helst, under olika aktiviteter och på olika platser. Spelet utvecklas alltså från att vara mycket förutsägbart i timing och förekomst med omedelbar förstärkning till att vara oförutsägbart, med fördröjd förstärkning. Härigenom förväntas eleverna lära sig att ett gott beteende förväntas hela tiden och överallt.</p> <p>Programmets varaktighet: ett år</p>

PATHS	
Teoretisk bas	Social inlärningsteori Neurovetenskap Anknytningsteori
Preventionsnivå och ålder på barnet	4 – 9 år
Programmets innehåll	Syftet är att stärka barnens sociala och känslomässiga kompetenser. Programmet innehåller avsnitt om Självmedvetenhet, Ansvarsfullt agerande, Socialt och känslomässigt lärande Självreglering, Social medvetenhet och Relationella färdigheter
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Ordinarie lärare efter utbildning. i forskningsprojekten har de även fått fortlöpande handledning. Ges till klasser i förskola/skola
Programmets omfattning	Antal sessioner: 36 olika övningar Intensitet 1-2 gånger per vecka Längd på sessionen: 15-30 minuter Programmets varaktighet: ett läsår, vissa studier ha gett programmet under flera läsår.

Skolbaserade program för att förebygga depression och ångestsyndrom

Blues Program	
Teoretisk bas	Kognitiv beteendeterapi (KBT)
Preventionsnivå och ålder på barnet	Indikerad 13–19 år
Programmets innehåll	<p>Programmet innehåller bygga upp rapport, öka trevliga aktiviteter, kognitiv omstrukturering och utveckla responsplaner för framtida livstressorer.</p> <p>För att öka effektiviteten innehåller den senaste versionen vidare verbala och skriftliga dissonansinduktionsövningar för att öka motivationen och deltagardrivna kognitiva och beteendemässiga förändringsplaner.</p>
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	<p>Ordinarie skolpersonal efter utbildning.</p> <p>Ges till grupper av 5-8 deltagare (uppdelat på flickor och pojkar)</p>
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner: 6</p> <p>Intensitet 1 gång per vecka</p> <p>Längd på sessionen: 1 timme</p> <p>Programmets varaktighet: 6 veckor</p>

Coping with Stress Course	
Teoretisk bas	En modell för förstämningssyndrom (Lewinsohn 1985) samt principer för KBT
Preventionsnivå och ålder på barnet	Indikerad, 10-14 år
Programmets innehåll	Ungdomarna lär sig kognitiva tekniker för att identifiera och utmana negativa känslor. Vinjetter, rollspel och gruppdiskussioner.
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Grupp, förmedlat av terapeuter
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner: 15</p> <p>Intensitet: tre gånger i veckan</p> <p>Tid per session: 45</p> <p>Varaktighet: 5 veckor</p>

FRIENDS	
Teoretisk bas	KBT (lowry-Webster, 2001)
Preventionsnivå och ålder på barnet	Universell 10-13 år
Programmets innehåll	Strategier för att bygga resiliens, förmåga att hantera utmanande situationer och förmåga att lösa problem. Formatet inkluderar grupparbeten, rollspel, träning, frågesporter, spel och hemuppgifter
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Familj, utbildade lärare
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner: 10</p> <p>Intensitet: en gång i veckan</p> <p>Längd på sessionen: 1 timme</p> <p>Boosterdos: i vissa studier</p> <p>Programmets varaktighet: 10 veckor</p>

Penn Resilience Program inkl Op Volle Kracht	
Teoretisk bas	KBT för depression samt social problemlösning
Preventionsnivå och ålder på barnet	Såväl promotion som samtliga preventionsnivåer, 10-14 år
Programmets innehåll	Träning i att länka tankar och känslor, sociala förmågor, problemlösning och beslutsfattande. Träningen görs med gruppaktiviteter, enskilda arbetsuppgifter och korta hemuppgifter
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Grupp, förmedlare kan vara såväl lärare som kuratorer och psykologer
Programmets omfattning	<p>Antal sessioner: 12 (8 för Op Volle Kracht)</p> <p>Intensitet: en gång i veckan</p> <p>Tid per session: 90 minuter (50 minuter för Op Volle Kracht)</p>

Resourceful Adolescents Program (RAP)	
Teoretisk bas	KBT (Clarke 1995)och interpersonell risk och skyddande faktorer (Mufson 1993) Programreferens (Shochet 1997)
Preventionsnivå och ålder på barnet	Universell och Indikerad Till ungdomar främst
Programmets innehåll	KBT så som bekräftande av egna styrkor, hantering av stressande situationer, identifiering och motverkande av negativa tankar och problemlösning samt interpersonella komponenter så som konfliktlösning med föräldrar och färdigheter för att förstå andras perspektiv.
Programmets format (grupp, individ) och förmedlare	Gruppformat, ges inom skolan. Utbildade facilitatorer
Programmets omfattning	Antal sessioner: 9 Intensitet (gångar per vecka t ex): En gång per vecka eller liknande Längd på sessionen:40-60 minuter Boosterdos: I vissa fall Programmets varaktighet: Cirka 10 veckor