

# Instruktörsutbildning 2025



Martin Forster



# Schema utbildning

Tid	25 augusti	26 augusti	27 augusti	28 augusti
<b>Lokal</b>	Mary	Mary	Grupprum (8 st)	Grupprum (8 st)
9:00-10:20	<b>Praktisk info (MF)</b> - Presentation - Genomgång av utbildningen - Info om övningsdagarna	<b>Presentationsteknik (MF)</b>	<b>Övning på instruktörsfärdigheter (MF/BR/AM/TL)</b> - Övning på presentation och handledning - Diskussioner om innehåll i program/manualer	<b>Övning på instruktörsfärdigheter (MF/BR/AM/TL)</b>
10:20-10:40	<b>FIKA</b>	<b>FIKA</b>	<b>FIKA</b>	<b>FIKA</b>
10:40-12:00	<b>Teori (MF)</b> - Teori och forskning bakom programmen - Evidens för programmen	<b>Presentationsteknik (MF)</b>	<b>Övning på instruktörsfärdigheter (MF/BR/AM/TL)</b>	<b>Övning på instruktörsfärdigheter (MF/BR/AM/TL)</b>
12:00-13:00	<b>LUNCH</b>	<b>LUNCH</b>	<b>LUNCH</b>	<b>LUNCH</b>
13:00-14:20	<b>Teori (MF)</b> - Fortsättning av ovanstående	<b>Handledning (MF)</b>	<b>Övning på instruktörsfärdigheter (MF/BR/AM/TL)</b>	<b>Kärlek i tonåren (EN &amp; NS)</b> OBS! Lokal: Scheelesalen
14:20-14:40	<b>FIKA</b>	<b>FIKA</b>	<b>FIKA</b>	<b>FIKA</b>
14:40-16:00	<b>Instruktörsroll (BR)</b> - Att samordna och sprida program lokalt.	<b>Handledning (MF)</b>	<b>Övning på instruktörsfärdigheter (MF/BR/AM/TL)</b>	<b>Gemensam avslutning</b> OBS! Lokal: Scheelesalen

**Gemensam uppföljning: 24 oktober kl 9-12 via Zoom (MF).**

# Instruktörsutbildning steg för steg

Utbildning 25-28 aug

Uppstart egen  
gruppleddarutbildning

Filma utbildningsdag 1 eller 2 och ha  
zoom-möte med handledare

Uppföljningsdag 24 okt - dela erfarenheter  
och diskutera hemskrivning

Filma utbildningsdag 3, 4 eller 5 och  
ha zoom-möte med handledare



Certifierad instruktör

# Mål med utbildningen

## **Föräldragrupp**



## **Gruppledarutbildning**



*Vad gjorde instruktören på din gruppledarutbildning som du tog med dig?*

# BAS-P

*Bekräfta - Aktivera - Strukturera - Pedagogiskt*

## Bekräfta

Uppmuntra deltagare  
Validera  
Rulla med motstånd

## Aktivera

Bolla tillbaka till gruppen  
Övningar/rollspel  
Konkretisera (Vad gjorde du?)

## Strukturera

Ordning på utbildningsdagar  
Röd tråd  
Kunskaper i programmet

## Pedagogiskt

Exempel och liknelser  
Visa istället för att prata  
Färdigheter (Vad behöver du öva på?)

# Några goda råd till föräldrar

*Mer kunskap är inte tillräckligt.*

*Effektiva insatser för familjer vilar tungt på övning och förändrat samspel i vardagen.*

# Övningsdagarna (ons-tor)

1. Håll presentation/genomför handledningsmoment (15 min).
  - Övriga i gruppen agerar "gruppledare under utbildning"
  - En i gruppen är "observatör" som håller särskild koll och noterar enligt BAS-P
2. Feedback och reflektion (25 min).
  - Reflektera själv utifrån BAS-P
  - Observatören ger feedback enligt BAS-P
  - Resten av gruppen och övningsledaren ger feedback enligt BAS-P
  - Allmänna reflektioner kring innehållet i presentation/handledning

# iPsykologi

*Källan till allt!*

## Aktuella projekt

Här hittar ni information om våra aktuella föräldrastödsprogram. För föräldrar som vill gå en föräldragrupp eller verksamheter som vill ansluta sig till programmen så hittar ni relevant information under varje rubrik.



**LÄS MER OM KOMET OCH ABC**



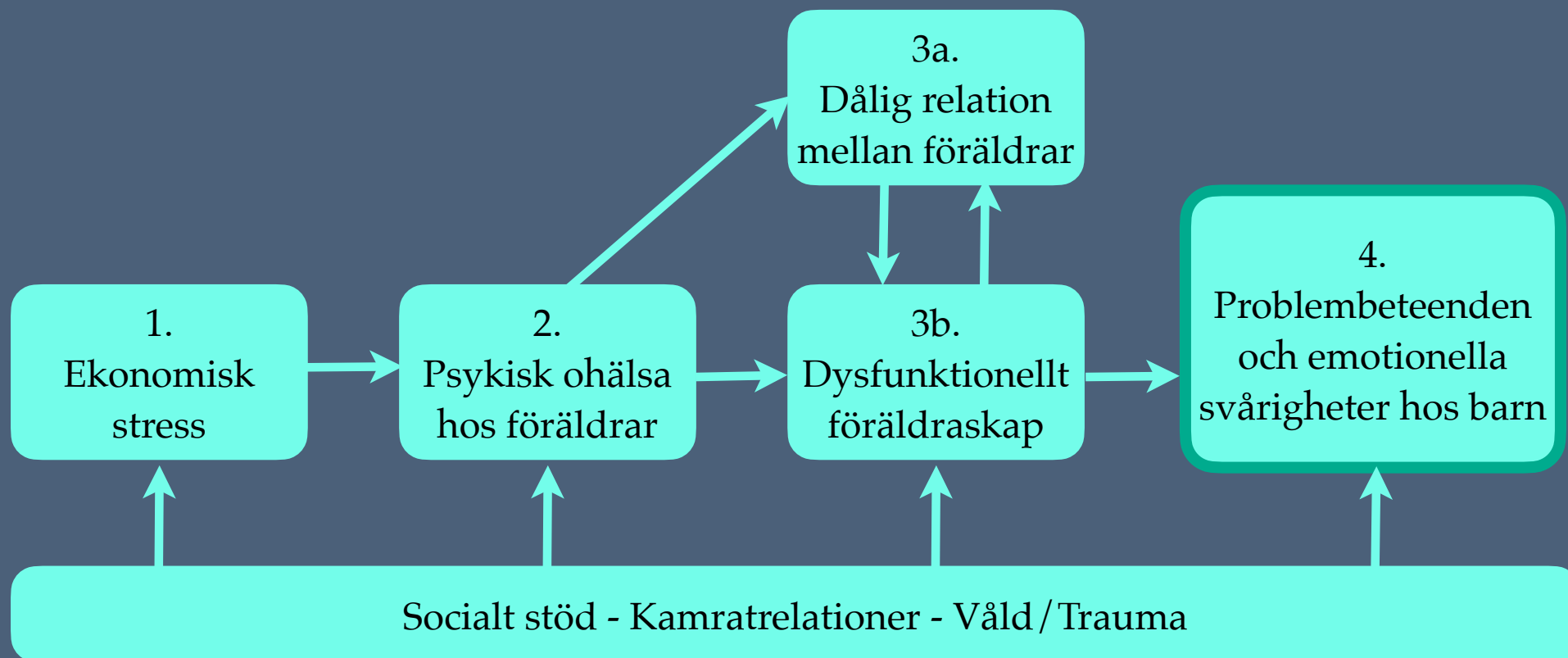
**LÄS MER OM IKOMET**



**LÄS MER OM TRYGGARE BARN**

Teori

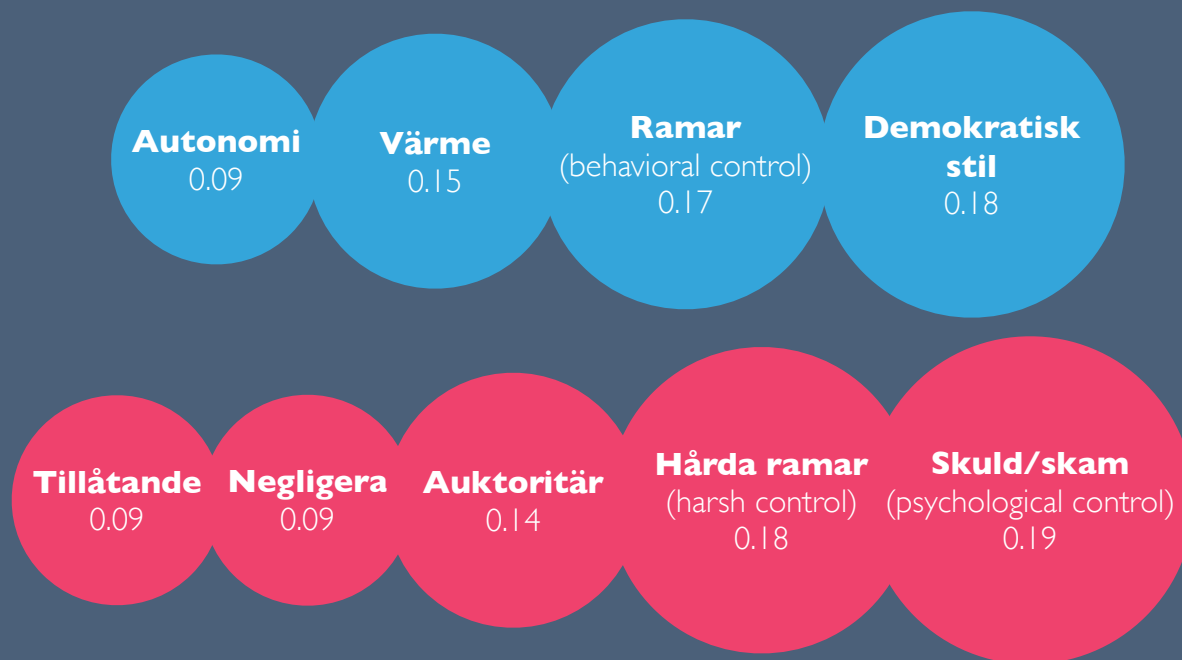
# Vilken roll spelar föräldraskap i relation till andra risk/skyddsfaktorer?



Masarik & Conger (2017)

# Vad bör föräldrar göra (och inte göra)?

## KOPPLING TILL UTAGERANDE



Pinquart (2017)

## KOPPLING TILL PROSOCIALT BETEENDE



Wong m.fl. (2020)

# Anknytningsteori

Närvarande



Lyhörd

Förutsägbar

# Anknytningsteori i programmen...



BUSA

(BRA)



Vara tillsammans

Lyssna och  
visa bekräftelse



**KOMET**

3-11 år

Gemensam stund

Bekräfta barnets  
känsla



**KOMET**

12-18 år

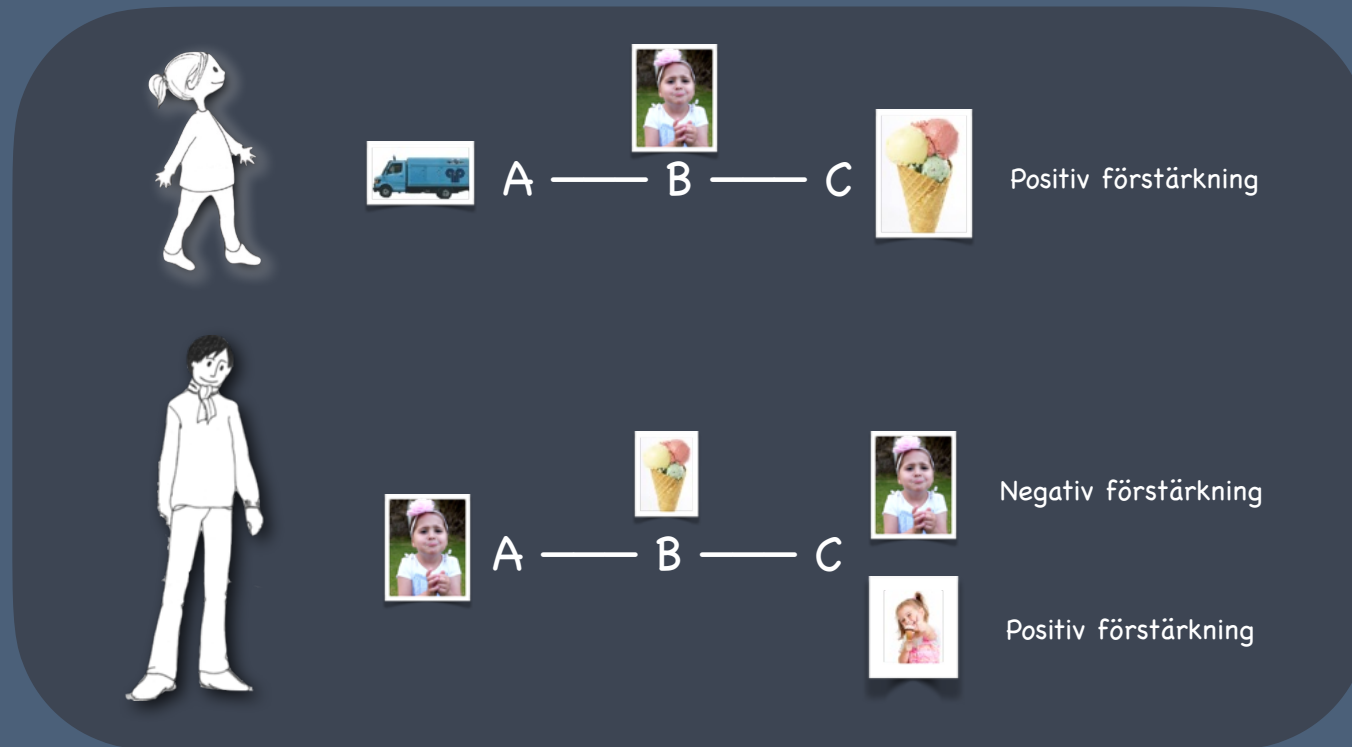
Tid tillsammans

Håll kontakt

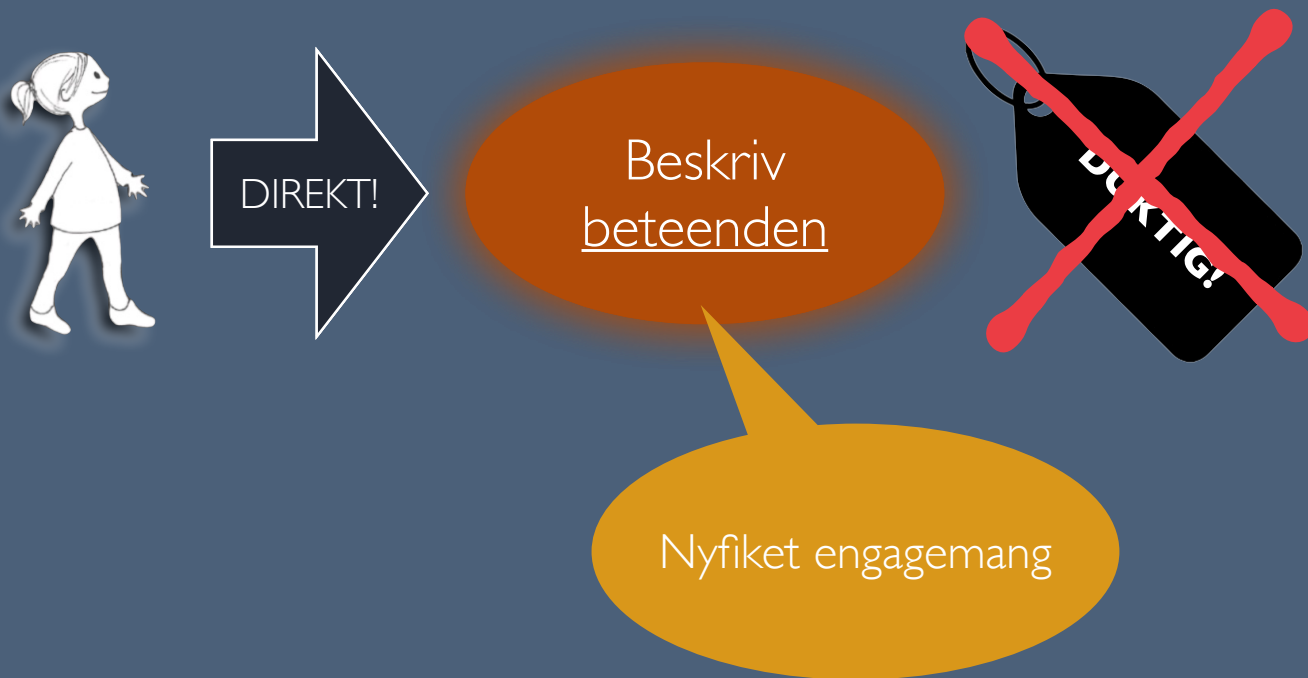


# Inlärningspsykologi

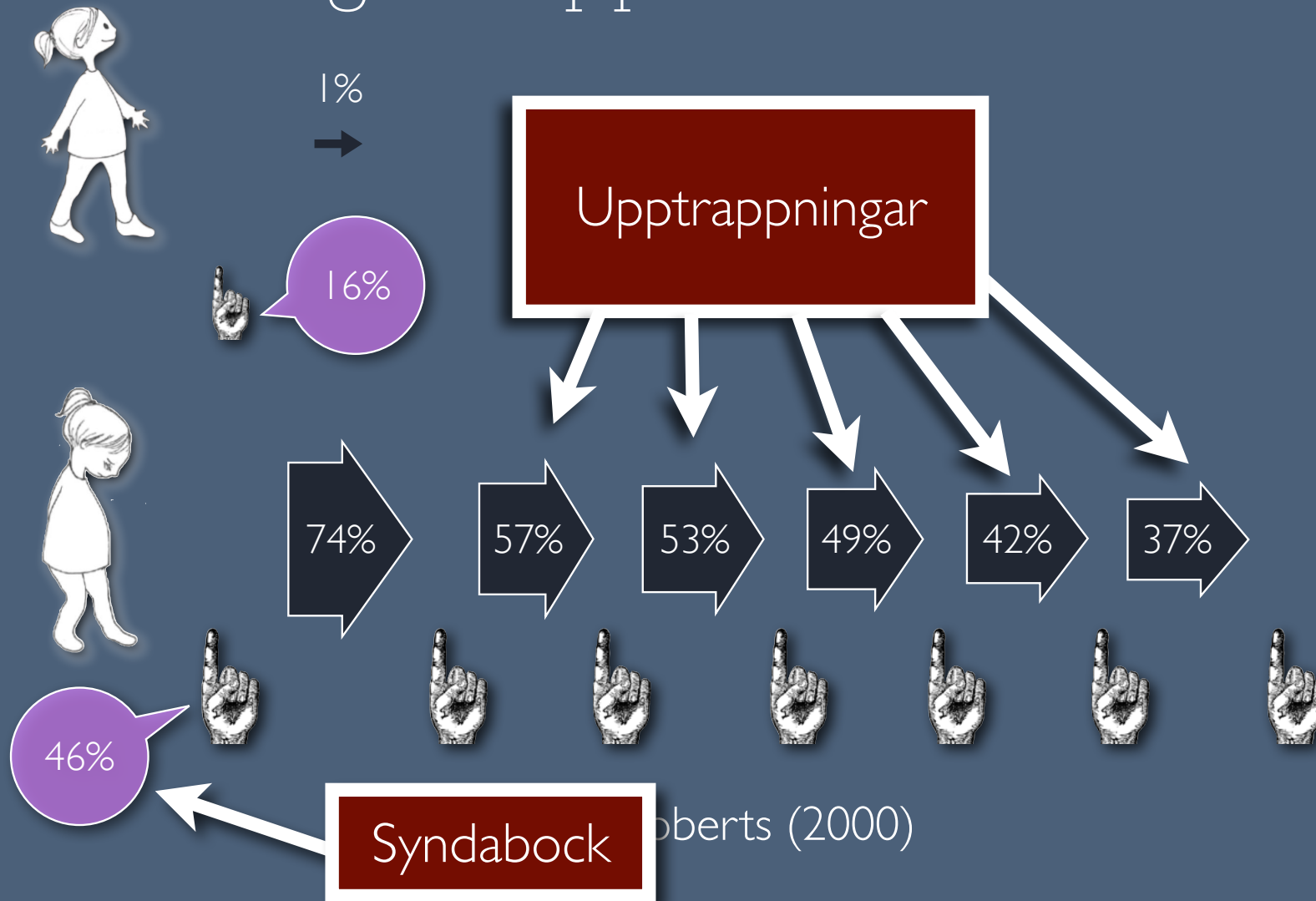
## *Beteendeanalys - Samspelskedjan*



# Positiv uppmärksamhet



# Negativ uppmärksamhet



# Bästa lösningen



Avled  
uppmärksamheten

# Inlärningssteori i programmen...



Fokus på det  
som fungerar

Ta en paus  
(Välja strider)



Fokus på det  
som fungerar

Minska tjat & kritik  
Lugna vägen



3-11 år

FUB  
Uppdrag/Ormen

Tre korgar  
Nödbroms  
Regler



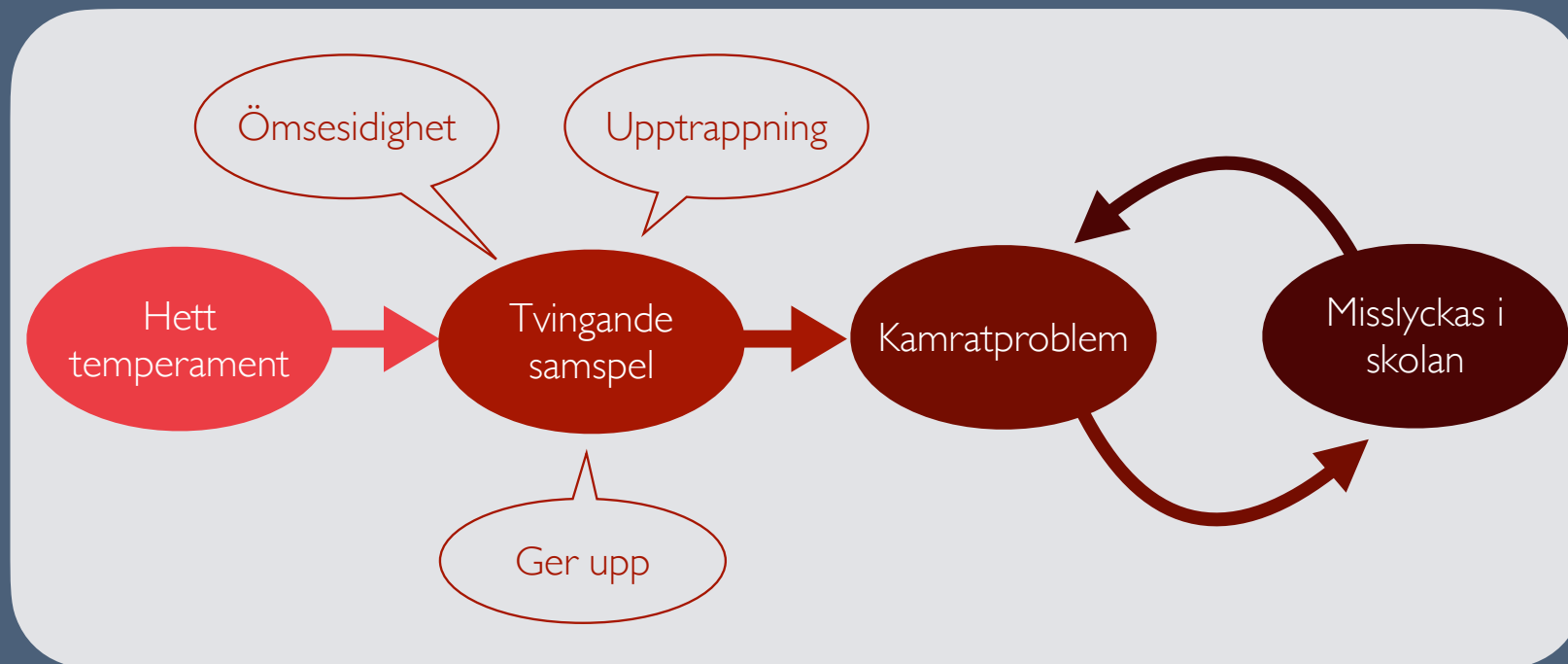
12-18 år

Samspelelsanalys  
FUB  
Uppdrag  
Lugna tillsägelser  
Regler



Patterson...

# Pattersons tvingande samspel



# Lågaffektivt bemötande



Forskning

# Varför föräldrastöd?

En slags behandling för barn har väletablerat stöd för att behandla utagerande problem hos barn:

Beteendebaserat föräldrastöd i grupp

*Tex Incredible years, PMTO, Komet och Triple-P*

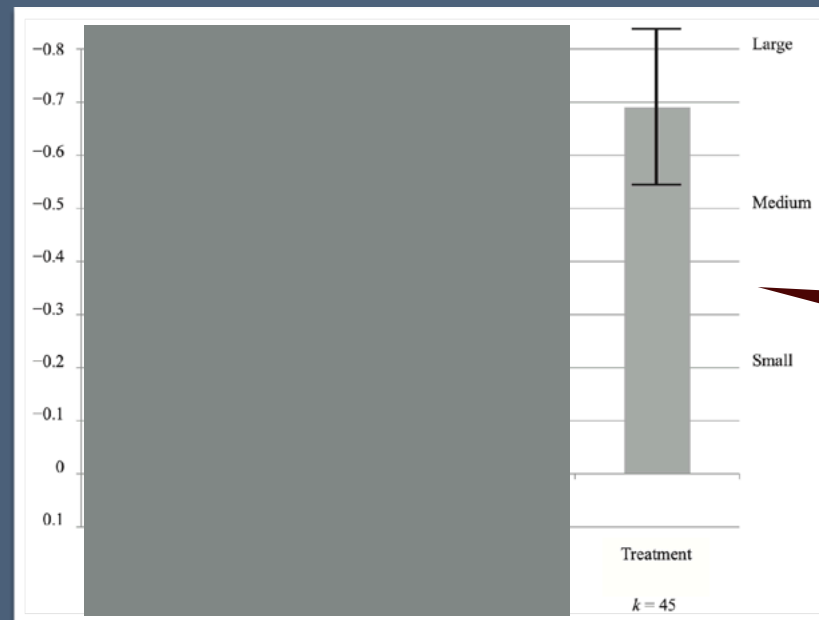
En slags behandling har väletablerat stöd för att behandla utagerande problem hos ungdomar:

Multimodala insatser (KBT+Familjeterapi)

*Tex Multisystemisk terapi, Treatment Foster Care, Functional Family Therapy*

APA, division 53 (2020)

# Hur ser forskningsstödet ut för universella föräldrastödsprogram?



**UTAGERANDE**

# Effektstorlek Cohen's d

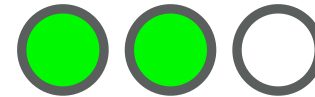
Liten effekt

**0.20**



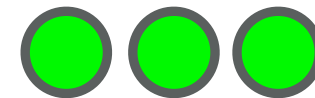
Medeleffekt

**0.50**



Stor effekt

**0.80**



0.5  
standardavvikelse  
mellan behandling och  
kontroll

Ungefär var fjärde blir  
"botad"

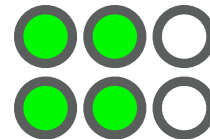
# Randomiserad studie av ABC 3-12



Ulvsdotter m. fl (2014)



Barns välmående  
Föräldraskap



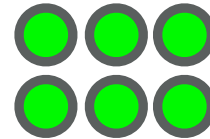
# Randomiserade studier av Komet 3-11



Kling m. fl (2010)

159  
fam

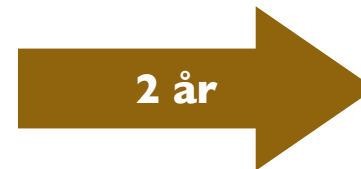
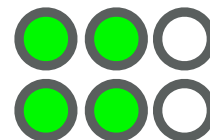
Utagerande  
Föräldraskap



Stattin m. fl (2015)

1104  
fam

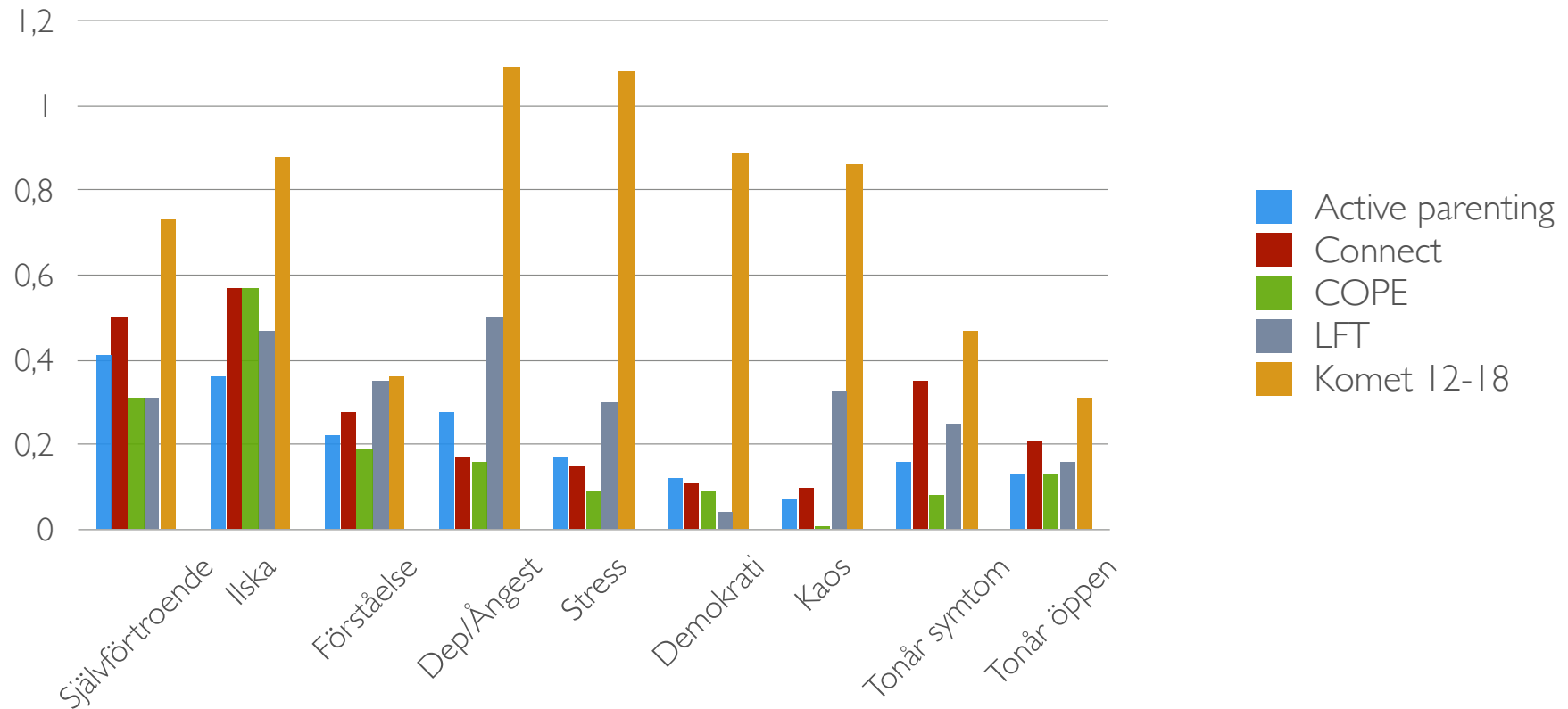
Utagerande  
Föräldraskap



# Randomiserad studie av Komet 12-18

- ✓ Stor randomiserad studie (Jalling m. fl. 2015)
- ✓ Komet vs. Föräldrastegen vs. väntelista
- ✓ Familjer rekryterades (främst) genom socialtjänsten
- ✓ Alla grupper förbättrades över tid
- ✓ Inga effekter, vare sig enligt föräldrar eller ungdomar
- ✓ Va!?

# Jämförande studie av Komet 12-18

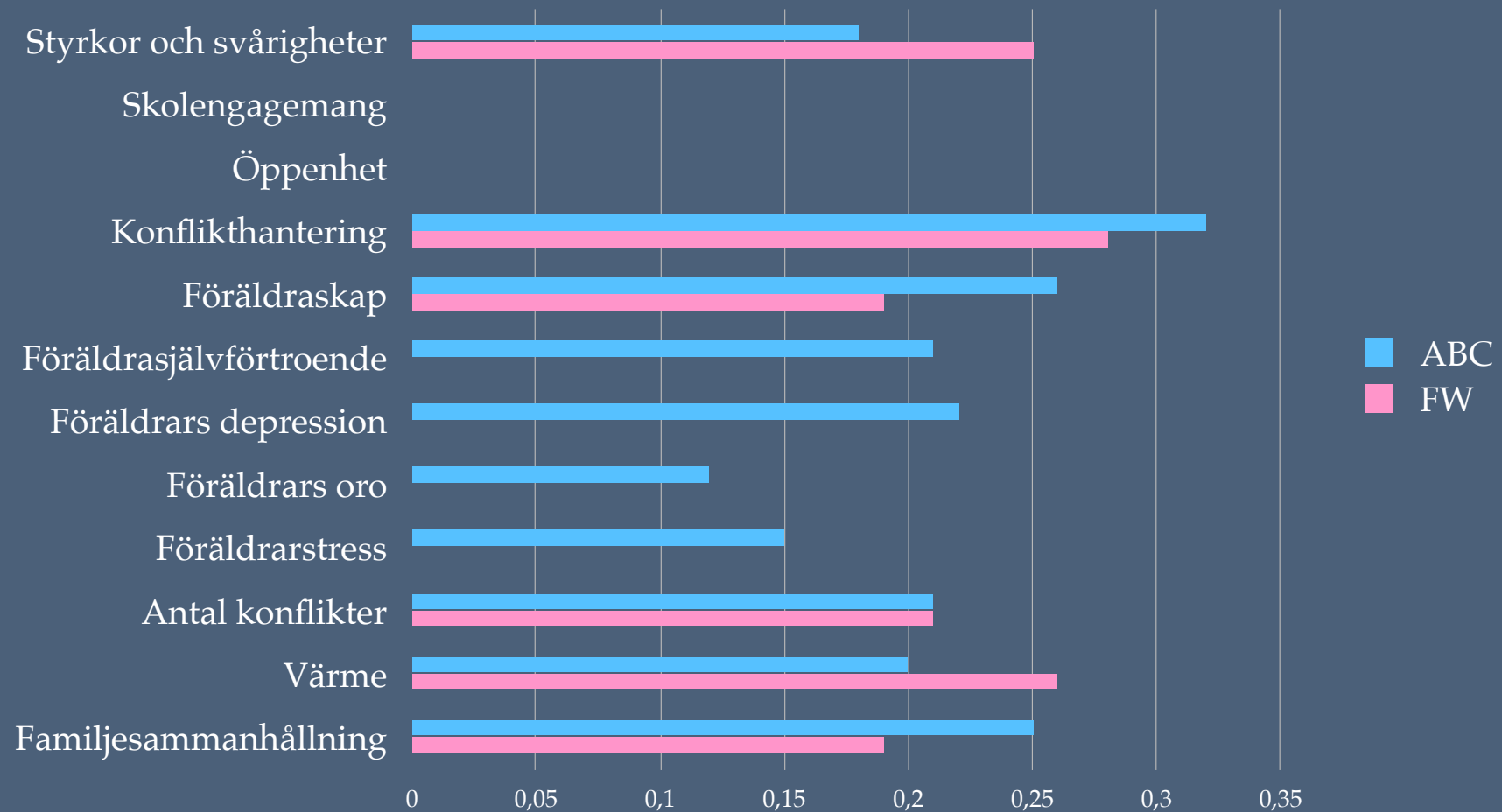


Alfredsson, Thorvaldsson, Axberg och Broberg (2018)

# ABC Tonår

*Efter 6 månader jämfört med väntelista*

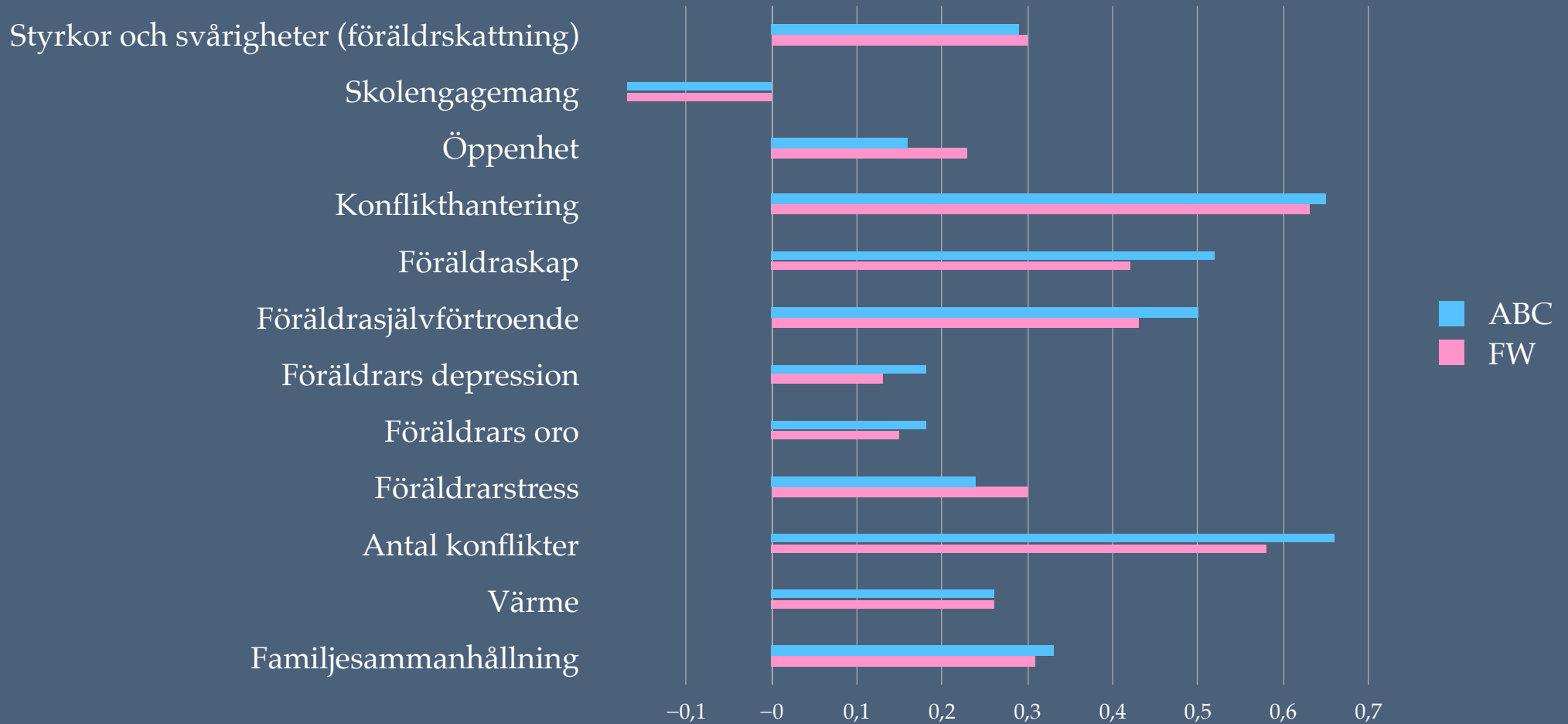
OBS! PRELIMINÄRT -  
EJ ÄN PUBLICERAT



# ABC Tonår

Total förändring efter 12 månader

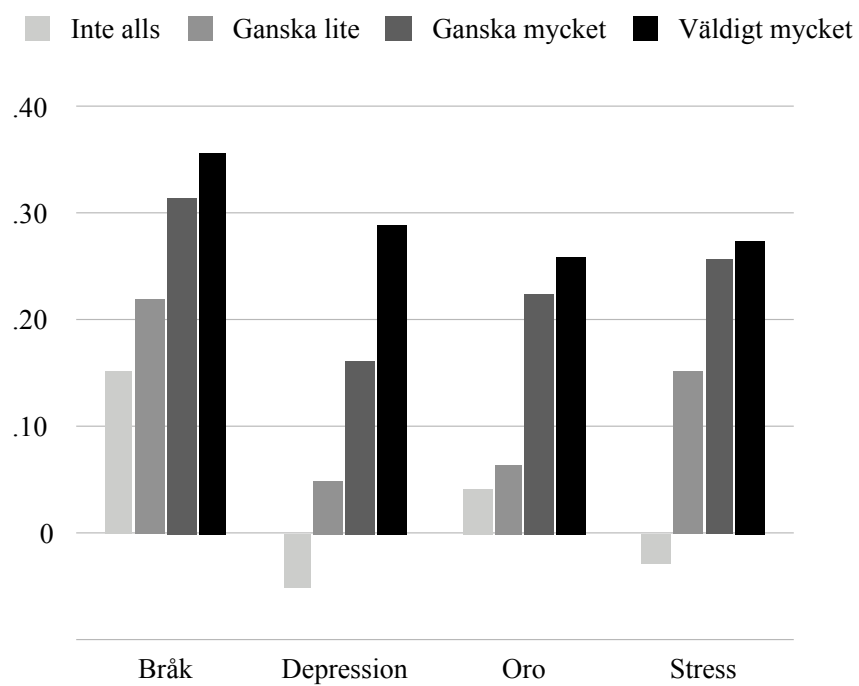
OBS! PRELIMINÄRT -  
EJ ÄN PUBLICERAT



# ABC Tonår

*Hur mycket har du arbetat med övningar hemma?*

OBS! PRELIMINÄRT -  
EJ ÄN PUBLICERAT



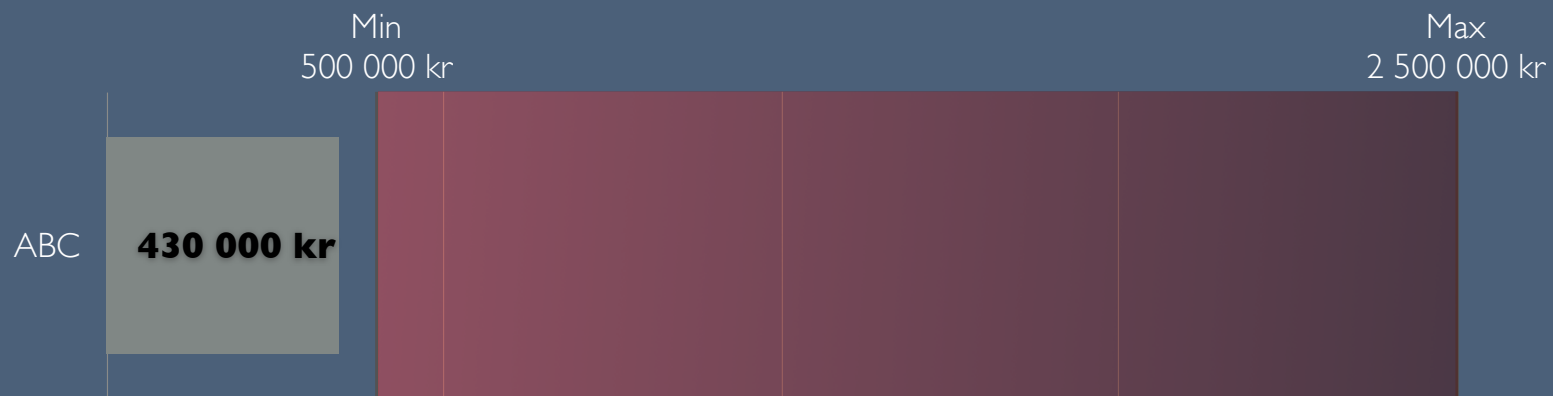
# Är det värt pengarna?

*Vad kostar en människa 0-28 år?*



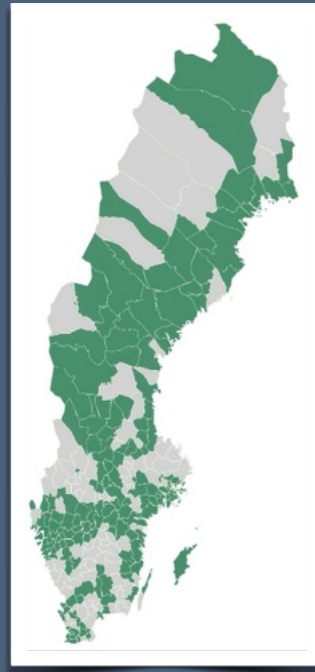
SKR (2017) och Scott (2001)

# Är ABC värt pengarna?



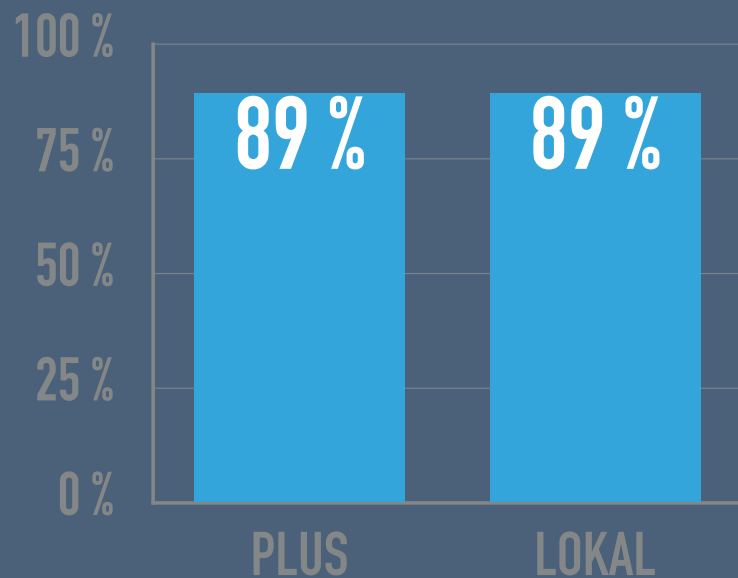
Ulfdotter 2015

Vad händer med kvalitén när ABC  
sprids i stor skala?

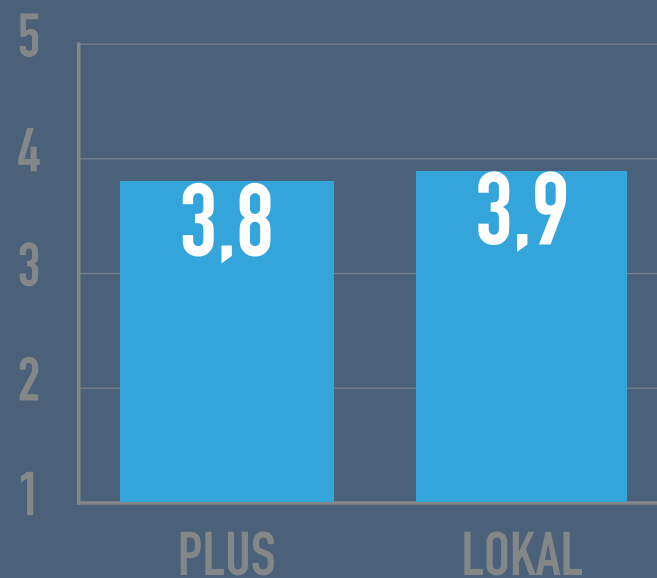


# Effekter av ABC med central jämfört med lokalt utbildade gruppledare

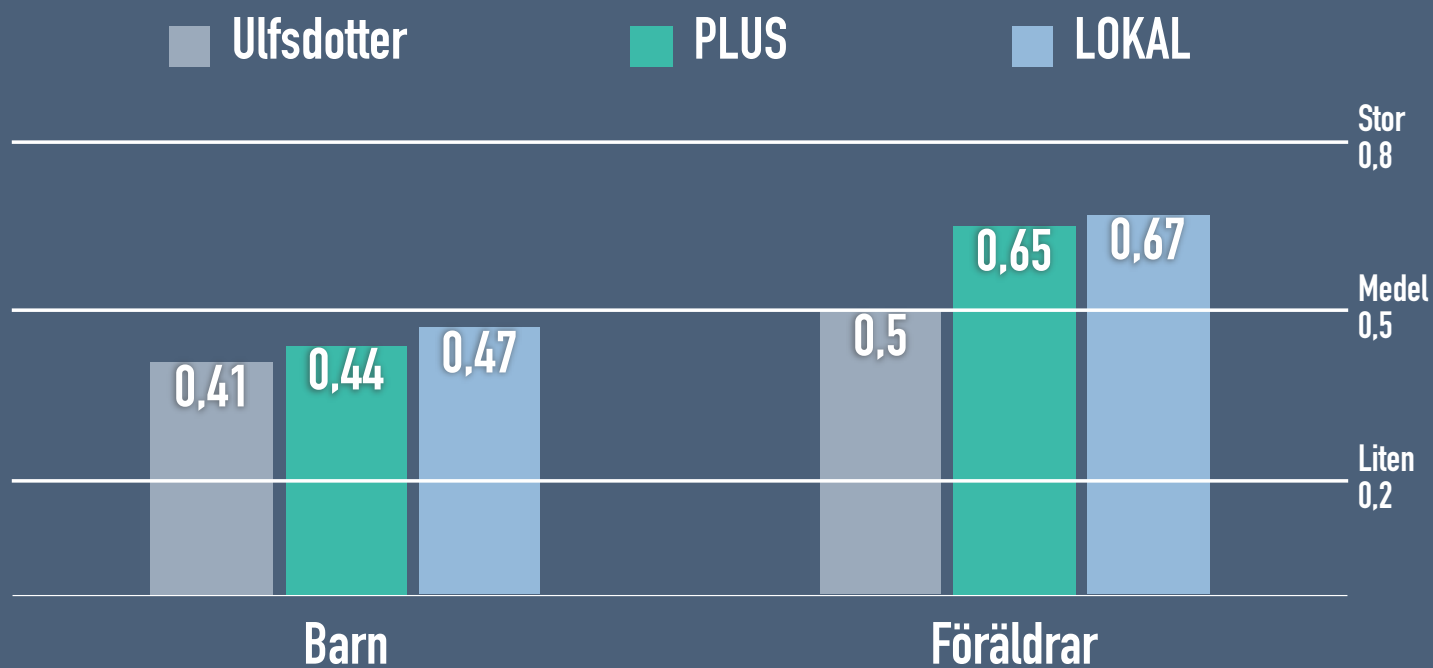
## NÄRVARO



## HEMUPPGIFTER

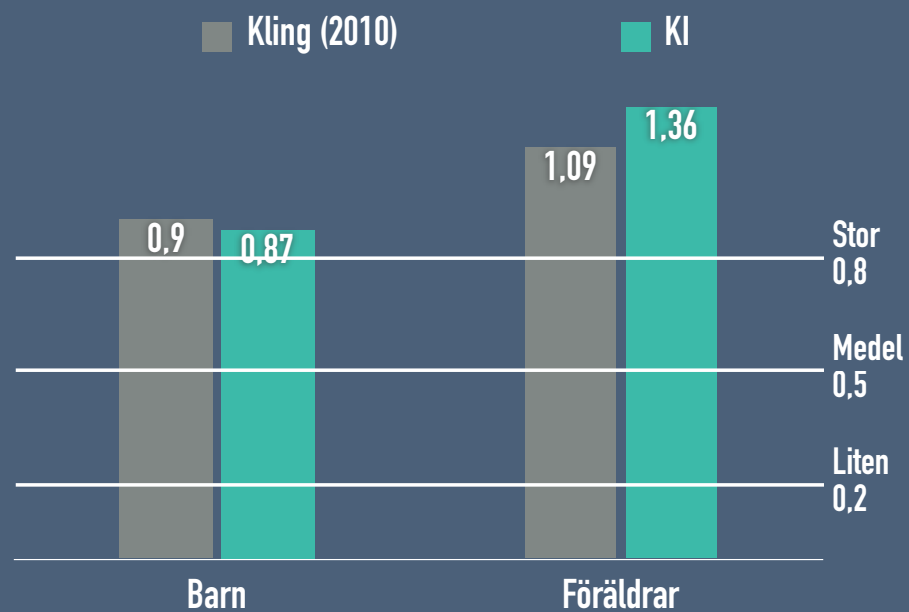


# Och skillnad för barn och föräldrar...

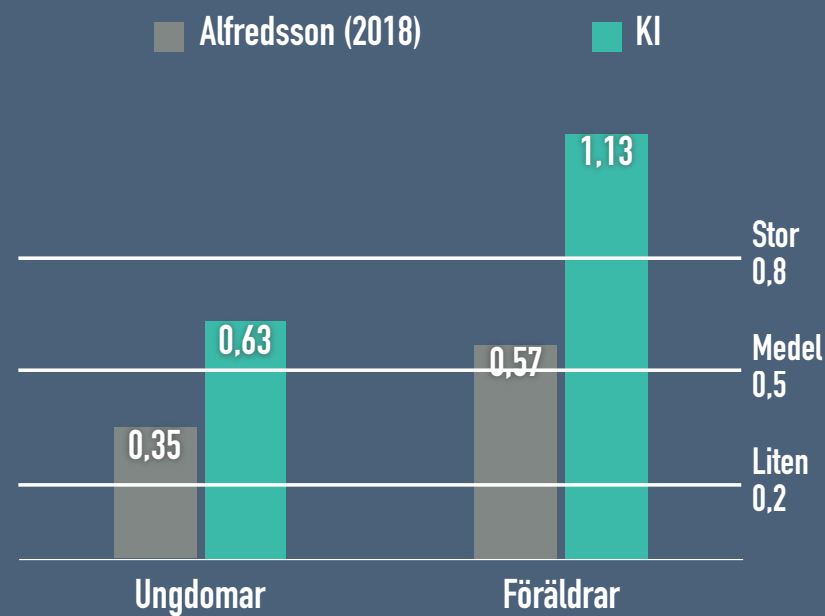


# Och för Komet?

## KOMET 3-11 (373 FAM)



## KOMET 12-18 (171 FAM)



# På iPsykologi om ABC 3-12...

## Publicerad forskning om ABC

- [Enebrink m. fl. \(2014\). ABC for Parents: Pilot Study of a Universal 4-Session Program Shows Increased Parenting Skills, Self-efficacy and Child Well-Being.](#)
- [Ulfsdotter m. fl. \(2014\). Effectiveness of a universal health-promoting parenting program: a randomized waitlist-controlled trial of All Children in Focus.](#)
- [Ulfsdotter m. fl. \(2015\). A Cost-Effectiveness Analysis of the Swedish Universal Parenting Program All Children in Focus.](#)
- [van Leuven m. fl. \(2023\). "Will it Work as Well on Zoom?" A Natural Experiment During the Covid-19 Pandemic of Delivering Parenting Groups Via Video Conferencing or in Person.](#)
- [van Leuven m.fl. \(2023\). Reach and predictors of effects during nation-wide dissemination of the universal parenting program All Children in Focus.](#)
- [Victoria Cinà et al. \(2024\). "All Children in Focus": Effects of a Universal Parenting Program at a 6-Month Follow-Up in a Randomized Controlled Trial in Sweden.](#)

Små-medel effekter: Ingen kontrollgrupp.

Stor RCT (Huvudstudie). Små-medel effekter: Barns välmående + Föräldrars självförtroende

ABC 3-12 är hälsoekonomiskt motiverat.

Ingen skillnad i effekt i grupp jämfört med Zoom.

ABC 3-12 når ut brett och funkar ungefär lika bra för olika grupper av föräldrar.

ABC 3-12 har inte bara effekt på föräldrars självförtroende. Även på positivt och negativt föräldraskap och attityder.

# På iPsykologi om Komet 3-11...

## Publicerad forskning om Komet 3-11

- [Kling m. fl. \(2010\). A Randomized Controlled Effectiveness Trial of Parent Management Training With Varying Degrees of Therapist Support.](#)
- [Stattin m. fl. \(2015\). A national evaluation of parenting programs in Sweden: The short-term effects using an RCT effectiveness design.](#)
- [Högström m. fl. \(2017\). A national evaluation of parenting programs in Sweden: The short-term effects using an RCT effectiveness design.](#)
- [Helander m. fl. \(2018\). The effect of adding Coping Power Program-Sweden to Parent Management Training-effects and moderators in a randomized controlled trial.](#)
- [Sampaio & Feldman \(2014\). Are group-based parenting programmes in Sweden a cost-effective way of reducing early child behaviour problems?](#)
- [Forster m. fl. \(2012\). Clinical Significance of Parent Training for Children with Conduct Problems.](#)

Stor RCT. Stora effekter på utagerande och föräldrabetenden.

Mycket stor RCT. Komet, Otroliga åren, Connect och COPE lika bra efter 2 år. Efter 6 månader är Komet bäst - Connect sämst.

Komet är lika bra som Komet + Coping Power (barngrupp) på BUP, förutom för barnen med mest problem då kombinationen gav viss fördel.

Komet är klart kostnadseffektivt (hälsoekonomiskt försvarbart).

# På iPsykologi om Komet 12-18...

## Publicerad forskning om Komet 12-18

- Jalling m. fl. (2016). Parent Programs for Reducing Adolescent's Antisocial Behavior and Substance Use: A Randomized Controlled Trial.
- Alfredsson m. fl. (2018). Parenting programs during adolescence: Outcomes from universal and targeted interventions offered in real-world settings.

Stor RCT. Alla grupper förbättras, men ingen skillnad mellan Komet 12-18, Föräldrastegen och väntelistan.

Ej randomiserad verksamhetsutvärdering av fem olika program. Stora (störst) effekter av Komet 12-18.