

Virker Cool Kids programmet i Danmark? Ny stor videnskabelig undersøgelse.

På Angstklinikken for Børn og Unge, Psykologisk Institut, Aarhus Universitet, har vi netop fået offentliggjort resultaterne fra vores store videnskabelige undersøgelse af effekten af Cool Kids programmet i Danmark i et internationalt tidsskrift, [Acta Psychiatrica Scandinavia](#). Cool Kids er et 10 sessioners kognitivt adfærdsterapeutisk program til behandling af angstlidelser hos børn og unge.

I undersøgelsen deltog 109 børn og unge med en angstlidelse i et Cool Kids eller Chilled gruppebehandlingsforløb. Børnenes forældre deltog også i behandlingen. Både børn og forældre udfyldte en lang række tidskrævende spørgeskemaer og gennemgik et diagnostisk interview både før og efter behandlingen. Vi takker alle de deltagende familier for at have været villige til at bidrage med de værdifulde informationer, der har gjort vores undersøgelse mulig at gennemføre.

Den overordnede konklusion af undersøgelsen er, at det manualiserede gruppebehandlingsprogram Cool Kids/Chilled til børn og unge med angstlidelser hjælper rigtig mange af børnene af med deres angst. Vi har også vist, at effekten af behandlingen holder selv et år efter, at behandlingen blev afsluttet.

Mere specifikt undersøgte vi effekten af behandlingen på flere forskellige måder. Først sammenlignede vi effekten af behandlingen for en gruppe af børn, der fik behandling med det samme, med en anden gruppe børn, som stod på venteliste i 3 måneder inden behandling. Børnene blev fordelt ved lodtrækning til at stå på venteliste eller at starte behandlingen straks. Alle børnene og deres forældre blev interviewet med et omfattende diagnostisk interview før og efter behandlingen, samt 3 måneder efter behandlingen. Her undersøgte vi, om behandlingen bevirkede, at børnene blev fri af deres angst. De børn, der stod på venteliste, blev også undersøgt før og efter deres 3 måneders ventelisteperiode. Både børn og forældre udfyldte tillige en række spørgeskemaer, som gav informationer om, hvorvidt de selv oplevede bedring af behandlingen. Et år efter behandlingen udfyldte børnene og forældrene spørgeskemaerne igen.

Resultaterne viste, at 66 % af børnene var fri af deres sværeste angstdiagnose, og at 48 % var fri af alle deres angstdiagnoser lige efter behandlingen. Blandt gruppen af børn der stod på venteliste, var der kun 7,5 %, der blev fri af deres sværeste angstdiagnose, og 5,7 % der blev fri af alle deres angstdiagnoser, efter de 3 måneders venteliste.

Tre måneder efter behandlingen var afsluttet, var 74 % af børnene fri af deres sværeste angstdiagnose, og 58 % var fri af alle angstdiagnoser.

Besvarelserne på spørgeskemaerne viste også store positive effekter af behandlingen, både i form af mindre angst hos børnene og at kunne mange flere ting efter behandlingen, men også ved at børnene fik mere selvtillid, og at de følte sig mindre triste.

Spørgeskemabesvarelserne et år efter behandlingens afslutning viste, at behandlingens effekt blev vedligeholdt over tid.

Børnene og forældrene blev efter behandlingen spurgt om, hvad de syntes om behandlingen. Familierne var gennemgående meget tilfredse. Således syntes 80 % af børnene, 73 % af mødrene og 70 % af fædrene,

at behandlingen havde hjulpet dem/deres barn, og 82 % af børnene, 96 % af mødrene og 91 % af fædrene ville anbefale behandlingen til andre, som kunne have brug for denne type hjælp.

Som omtalt består behandlingen af 10 gruppesessioner, hvor både børn og forældre deltager. Der er 6-7 børn og deres forældre i hver gruppe, og hver session varer ca. 2 timer. Der var meget stor tilslutning til behandlingen blandt deltagerne. I 91 % af familierne deltog begge forældre, og meget få familier droppede ud af behandlingen.

Undersøgelsen er den første videnskabelige evaluering af et manualiseret kognitivt adfærdsterapeutisk program til behandling af angstlidelser hos børn og unge i Danmark. Da vi startede klinikken i 2009, var der meget få behandlingstilbud til børn med angstlidelser i Danmark. Efterhånden som Cool Kids programmet er blevet mere kendt i Danmark, er der nu en del pædagogisk psykologiske rådgivninger, privatpraktiserende psykologer og børnepsykiatriske afdelinger rundt omkring i landet, der har taget metoden til sig, og tilbyder evidensbaseret behandling til disse børn og deres familier. Det er dog fortsat tilfældigt og afhængigt af, hvilken kommune man bor i, om angste børn kan blive tilbudt hjælp, og der eksisterer ikke et egentlig offentligt tilbud til disse børn. Børn og unge med angstlidelser kan heller ikke få sygesikringstilskud til psykologbehandling. Undersøgelsens positive resultater er vigtige, og viser med videnskabelige metoder, at disse børn kan hjælpes. Vi ved, at mange børn 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. Vi håber derfor, at undersøgelsens resultater kan bidrage til, at børn og unge med angstlidelser kan få ret til et offentligt finansieret behandlingstilbud.



PSYKOLOGISK INSTITUT
AARHUS UNIVERSITET



Angstklinikken for Børn og Unge
Psykologisk Institut, Aarhus Universitet
Bartholins Allé 13, bygn. 1343
8000 Aarhus C