

UiT

NORGES
ARKTISKE
UNIVERSITET

ungsin

*- Tidsskrift for virksomme
tiltak for barn og unge*

**Informasjon for en bedre
kunnskapsbasert praksis**



Hva er Ungsinn?

På Ungsinn finner du

- artikler om tiltak, intervensjoner, metoder og programmer
- en grundig gjennomgang av kunnskapsgrunnlaget til hvert enkelt tiltak
- svar på hvor godt dokumentert effekten av tiltaket er i Norge

Ungsinn er for deg som

- jobber med barn og unge i kommunale tjenester eller spesialisthelsetjenesten
- har ansvar for beslutninger om hvilke tilbud barn, unge og deres familier skal få
- utarbeider strategiske planer for folkehelsearbeid og tidlig intervensjon
- utarbeider faglige anbefalinger for tjenestene

Ungsinn er et elektronisk vitenskapelig tidsskrift om tiltak for barn og unges psykiske helse. Tidsskriftet drives av Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, Nord (RKBU Nord) ved UiT Norges arktiske universitet på oppdrag fra Helsedirektoratet.

Tidsskriftet inneholder systematiske kunnskapsoppsummeringer om enkelttiltak. Med tiltak menes metoder/intervensjoner/programmer som har til hensikt å fremme god psykisk helse og/eller forebygge eller behandle psykiske vansker og lidelser.

**Forskningsspørsmålet for alle artiklene i Ungsinn er følgende:
Er tiltak X virksomt når det tilbys i vanlig praksis i Norge?**

Dette spørsmålet besvares med utgangspunkt i en systematisk innhenting og gjennomgang av dokumentasjon. Konklusjonen oppsummeres i en vurdering og klassifisering, der hvert tiltak blir klassifisert på ett av fem evidensnivå. I tillegg inneholder artiklene en grundig beskrivelse og praktisk informasjon om tiltakene.



Hva kan artiklene i Ungsinn brukes til?

Informasjon fra Ungsinn kan legges til grunn for viktige beslutninger om hvilke tiltak som skal implementeres i tjenestene. Tjenestene selv og andre beslutningstakere kan bruke informasjonen fra oppsummeringene til å skape tilbud som bygger på den beste tilgjengelige kunnskap.

Det kan være som en del av strategiske planer basert på en analyse av problemområder i kommunen (for eksempel: *Vi registrerer at vår kommune har høyere forekomst av mobbing enn landsgjennomsnittet og trenger en særlig satsing på dette området. Vi ønsker derfor at alle skolene i kommunen skal jobbe systematisk for et godt skolemiljø, og primært ved hjelp av dokumentert virksomme skoleprogrammer*). Det kan også være beslutninger i en tjeneste basert på en problem-analyse (for eksempel: *Vi møter mange ungdommer med depresjoner. Hvilke/tiltak kan vi ta i bruk i vår tjeneste for å hjelpe disse best mulig?*). Informasjonen kan videre brukes i faglige anbefalinger overfor tjenestene (for eksempel: *Foreldre til barn mellom 3 og 11 år med atferdsvansker bør få tilbud om foreldretreningsprogrammer med dokumentert effekt*).

I tillegg kan informasjonen benyttes i beslutninger av nasjonale myndigheter om hvilke tiltak som skal komme mange barn, unge og familier til gode gjennom politiske virkemidler og faglige retningslinjer.

Besøk tidsskriftet på ungsinn.no

TILTAK
LISTE
SØK

Finn tiltak. Se alle tiltak i en liste eller søk etter tiltak basert på tema, tjeneste eller tiltaksnivå.

I arkivet finner du alle artiklene sortert på årgang.

Alle nyhetssakene.

Et utvalg av nyhetssakene.

De 3 nyeste artiklene.

The screenshot shows the homepage of ungsinn.no. At the top, there is a navigation bar with 'Forside', 'Tilbakeliste', and 'Kontakt'. Below this is the 'ungsinn' logo and the tagline 'Tidsskrift for viktige saker for barn og unge'. A main menu includes 'HJEM', 'TILBUD', 'ARKIV', 'ARTIKLER', 'OM UNGSINN', 'HVEM ER VI?', 'KLASSIFISERING', and 'KONTAKT'. The featured article is 'Tankens kraft og makt' with a photo of a young woman. Below it, the 'Siste artikler' section displays three articles: 'Kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket SMIL - Styrtet mestring i livet (2. utg.)', 'Kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket ART - Aggression Replacement Training/Adapted Aggression Replacement Training (AART) (2. utg.)', and 'Kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket DU - Depresjonsmestring for ungdom (2. utg.)'. At the bottom, the 'Om tidsskriftet' section features icons for 'Ungsinns vitenskapelige grunnlag', 'Utgever', 'Nyhetsbrev', and 'Kontakt'.

Siste artikler

Les mer



Kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket
SMIL - Styrtet mestring i livet (2. utg.)

06. november 2013
Et gruppebasert lærings- og mestringstilbud til barn og unge med foreldre som har psykiske og/eller rusrelaterte helseutfordringer.



Kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket
ART - Aggression Replacement Training/Adapted Aggression Replacement Training (AART) (2. utg.)

27. juni 2017
Aggression Replacement Training (ART) er et multimodalt gruppeprogram for trening av sosial kompetanse som har et hensikt å forebygge og...



Kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket
DU - Depresjonsmestring for ungdom (2. utg.)

14. desember 2016
Kurs for ungdom i alderen 14-20 år med lette eller moderate depresjonsymptomer.

Om tidsskriftet



Ungsinns vitenskapelige grunnlag
Ungsinns artikler bygger på



Utgever
Tidsskriftet Ungsinns (ISSN 2464-2142) utgis av Regionalt



Nyhetsbrev
Meld deg på nyhetsbrevet og få latestilbud og informasjon om nye



Kontakt
Kontakt redaksjonen eller R&BU f.urd

Artiklene

Artikkelen inneholder en omfattende presentasjon av tiltaket. Her beskrives tiltakets målsetninger, målgruppe, metoder, evalueringer, kostnader osv.

Sammendrag av hele artikkelen.

Hver artikkel er bygget opp etter samme struktur:

Sammendrag
Innledning
Metode
Resultater
Diskusjon
Konklusjon
Referanser

The screenshot shows the website 'ungsinn' with a navigation bar and a main article. The article title is 'SMIL – Styrket mestring i livet (2. utg.)' by Svein Arild Vrå & Kåren, Skjold Høivik, dated 9. november 2017. The article features a photo of a young child sitting on a blue bench outdoors. The page includes a 'Sammendrag' (Summary) section, a 'Referanse' (Reference) section, and a 'Målgruppe' (Target audience) section. The 'Sammendrag' section is highlighted with a red circle, and the 'Referanse' section is also highlighted with a red circle. The 'Målgruppe' section is highlighted with a red circle. The 'Sammendrag' section contains the following text:

BAKGRUNN
Denne artikkelen er en kunnskapsoppsummering av effektene av tiltaket SMIL (Styrket mestring i livet). Artikkelen er en revisjon av en tidligere beskrivelse av samme tiltaket i Ungsinn (Os, 2011). SMIL er et gruppebasert lærings- og mestringstilbud for barn og unge i alderen 8-12 år som har foreldre med psykisk sykdom og/eller rusproblemer. Formålet med tiltaket er å forebygge utvåkingsrisiko gjennom å gi støtte, informasjon og opplevelse av mestring til barn som pårørende.

METODE
Denne kunnskapsoppsummeringen bygger på et systematisk litteratursøk i databasene Embase, Medline og PsycInfo, NORART, Cochrane, Cistlin, NORA, SCOPUS og SveMed samt informasjon gitt fra tiltaksleder i Norge.

RESULTATER
Ingen effektstudier ble funnet. Tiltakets bakgrunn, innhold og metoder er godt beskrevet i tiltakets materiell. Tiltaket har god forskning i stoner om psykeutvikling som om risiko- og beskyttelsesfaktorer som kan påvirke barns psykososiale utvikling i familier hvor foreldre sliter med psykisk sykdom eller rusproblemer. Tiltaksleder tilbyr ikke opplæring i programmet, men kan gi råd og veiledning om oppstart av grupper. Det tilbys i liten grad implementeringstøtte, og det foreslår ikke system for å sikre at tiltaket gjennomføres i tråd med manualen. Det foreligger ingen studier der tiltakets effekt er undersøkt.

KONKLUSJON
SMIL klassifiseres på evidensnivå 2 – Teoretisk begrunnet tiltak.

Innledning
Bakgrunn
Barn av foreldre med psykisk sykdom eller rusproblemer har økt risiko for selv å utvikle psykiske helsevaner, og om lag en tredjedel av disse får selv senere langvarige og alvorlige psykiske helsevaner (Bjørnsdahl, Veruigi & Gladstone, 1998). Bergringer fra Folkehelseinstituttet antyder at alvorlige psykiske lidelser hos en eller begge foreldre gjelder for 10,4% av sambefolkningen, mens alvorlig alkoholmisbruk hos foreldre gjelder for 2,7%. Totalt utgjør dette et antall på 290 000 barn i Norge som har foreldre med alvorlige psykiske problemer eller rusproblemer (Tonvik & Rognerød, 2011). Mange av disse barna får imidlertid ikke den opplæring og støtte de har behov for (Larsen, Riedtz, Van Doornik & Martinussen, 2014). Det er derfor et stort behov for å

Referanse 2017, 2:1
Om forfatter
Englisk summary
Last ned hele beskrivelsen(PDF)
Last ned sakenhistorikk(PDF)

Evidensnivå

- 5 Stark dokumentasjon
- 4 Tilfredsstillende dokumentasjon
- 3 Lite dokumentasjon
- 2 Teoretisk begrunnet
- 1 Godt bekræftet
- 0 Utkjent

Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse
Tiltaksleder
Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH) er en kompetansetjeneste for helse- og omsorgstjenesten på fagområdet læring og mestring ved langvarige helseutfordringer.

Målgruppe:
Barn og unge som pårørende SMIL – styrket mestring i livet
Evaluering av SMIL – Styrket Mestring i livet
SMIL med i bok om kunnskapsbaserte tiltak for barn som pårørende
SMIL-nettverk
SMIL – Når barn blir omsorgspersoner
SMIL – Å gjøre en forskjell
Gjør sag til å være sammen med mor og far
Dette er ikke din skyld



Få hele artikkelen
i pdf format.

Klassifiseringen
oppsummerer
hvor godt
dokumentert
effektene til
tiltaket er.

Ansvarelig for
implementering
og kvalitets-
sikring av
tiltaket i Norge.

Finne ut mer om
tiltaket gjennom
informasjon på
andre nettsider.



Evidens og kunnskapsbasert praksis

På norsk brukes ofte begrepene kunnskapsbasert praksis og evidensbasert praksis om hverandre. I Ungsinn legges det til grunn at begge begrepene har sin opprinnelse fra det engelske begrepet *evidence based practice* og at de dermed har samme betydning.

Den vanligste forståelsen av kunnskapsbasert praksis er at kunnskap fra forskning integreres med praktikerens erfaringsbaserte kunnskap og brukernes ønsker og behov i kliniske beslutninger. Man skiller mellom begrepene evidensbaserte tiltak og evidensbasert praksis. Evidensbaserte tiltak er tiltak med god dokumentasjon på effekt. Evidensbasert praksis oppstår når man integrerer den forskningsbaserte kunnskapen om de ulike tiltaks effekter med praktikerens erfaringsbaserte kunnskap og brukernes ønsker og behov.

Ungsinn er en kilde til informasjon om tiltak og tiltakenes evidens. Dette gir praktikere og beslutningstakere tilgang til forskningsbasert kunnskap som de kan benytte i sitt arbeid med å utvikle en kunnskapsbasert praksis.

Evidens er ikke en absolutt størrelse, men noe som det foreligger mer eller mindre av. Konsekvensen av dette er at evidens ofte graderes. I Ungsinn graderes evidens i 5+1 nivåer. Tiltak som er klassifisert på nivå 4 og 5, kan anses som evidensbaserte tiltak.

Klassifiseringene kort oppsummert

Klassifisering	Hva betyr klassifiseringen?												
<p><i>Evidensnivå</i></p> <table border="1"><tr><td>5</td><td>Sterk</td></tr><tr><td>4</td><td>Tilfredstillende</td></tr><tr><td>3</td><td>Noe</td></tr><tr><td>2</td><td>Teoretisk</td></tr><tr><td>1</td><td>Beskrevet</td></tr><tr><td>0</td><td>Uvirksomt</td></tr></table>	5	Sterk	4	Tilfredstillende	3	Noe	2	Teoretisk	1	Beskrevet	0	Uvirksomt	<p>Nivå 5: Tiltak med sterk dokumentasjon på effekt Det er sterk dokumentasjon på at tiltaket er virksomt utøvd i vanlig praksis i Norge.</p>
5	Sterk												
4	Tilfredstillende												
3	Noe												
2	Teoretisk												
1	Beskrevet												
0	Uvirksomt												
<p><i>Evidensnivå</i></p> <table border="1"><tr><td>5</td><td>Sterk</td></tr><tr><td>4</td><td>Tilfredstillende</td></tr><tr><td>3</td><td>Noe</td></tr><tr><td>2</td><td>Teoretisk</td></tr><tr><td>1</td><td>Beskrevet</td></tr><tr><td>0</td><td>Uvirksomt</td></tr></table>	5	Sterk	4	Tilfredstillende	3	Noe	2	Teoretisk	1	Beskrevet	0	Uvirksomt	<p>Nivå 4: Tiltak med tilfredsstillende dokumentasjon på effekt Det er gode indikasjoner på at tiltaket er virksomt, men det kan være usikkerhet om effektene som ble funnet gjennom forskningen vil være de samme for tiltaket utøvd i vanlig praksis.</p>
5	Sterk												
4	Tilfredstillende												
3	Noe												
2	Teoretisk												
1	Beskrevet												
0	Uvirksomt												
<p><i>Evidensnivå</i></p> <table border="1"><tr><td>5</td><td>Sterk</td></tr><tr><td>4</td><td>Tilfredstillende</td></tr><tr><td>3</td><td>Noe</td></tr><tr><td>2</td><td>Teoretisk</td></tr><tr><td>1</td><td>Beskrevet</td></tr><tr><td>0</td><td>Uvirksomt</td></tr></table>	5	Sterk	4	Tilfredstillende	3	Noe	2	Teoretisk	1	Beskrevet	0	Uvirksomt	<p>Nivå 3: Tiltak med noe dokumentasjon på effekt Det finnes indikasjon på at tiltaket er virksomt, men det kan være usikkerhet knyttet til funnene eller om resultatene lar seg overføre til norske forhold.</p>
5	Sterk												
4	Tilfredstillende												
3	Noe												
2	Teoretisk												
1	Beskrevet												
0	Uvirksomt												
<p><i>Evidensnivå</i></p> <table border="1"><tr><td>5</td><td>Sterk</td></tr><tr><td>4</td><td>Tilfredstillende</td></tr><tr><td>3</td><td>Noe</td></tr><tr><td>2</td><td>Teoretisk</td></tr><tr><td>1</td><td>Beskrevet</td></tr><tr><td>0</td><td>Uvirksomt</td></tr></table>	5	Sterk	4	Tilfredstillende	3	Noe	2	Teoretisk	1	Beskrevet	0	Uvirksomt	<p>Nivå 2: Teoretisk begrunnede tiltak Det er sannsynlig at tiltaket er virksomt. De tenkte mekanismene for effekter er forankret i allment akseptert teori.</p>
5	Sterk												
4	Tilfredstillende												
3	Noe												
2	Teoretisk												
1	Beskrevet												
0	Uvirksomt												
<p><i>Evidensnivå</i></p> <table border="1"><tr><td>5</td><td>Sterk</td></tr><tr><td>4</td><td>Tilfredstillende</td></tr><tr><td>3</td><td>Noe</td></tr><tr><td>2</td><td>Teoretisk</td></tr><tr><td>1</td><td>Beskrevet</td></tr><tr><td>0</td><td>Uvirksomt</td></tr></table>	5	Sterk	4	Tilfredstillende	3	Noe	2	Teoretisk	1	Beskrevet	0	Uvirksomt	<p>Nivå 1: Godt beskrevne tiltak Tiltaket er grundig beskrevet og kan være virksomt. Det fremkommer hva som er målgruppe og målsettinger for tiltaket, hvordan tiltaket er organisert og hvilke metoder som benyttes.</p>
5	Sterk												
4	Tilfredstillende												
3	Noe												
2	Teoretisk												
1	Beskrevet												
0	Uvirksomt												
<p><i>Evidensnivå</i></p> <table border="1"><tr><td>5</td><td>Sterk</td></tr><tr><td>4</td><td>Tilfredstillende</td></tr><tr><td>3</td><td>Noe</td></tr><tr><td>2</td><td>Teoretisk</td></tr><tr><td>1</td><td>Beskrevet</td></tr><tr><td>0</td><td>Uvirksomt</td></tr></table>	5	Sterk	4	Tilfredstillende	3	Noe	2	Teoretisk	1	Beskrevet	0	Uvirksomt	<p>Nivå 0: Uvirksomme tiltak Det er utført pålitelige studier som viser at tiltaket ikke har noen effekt eller har uønskede effekter.</p>
5	Sterk												
4	Tilfredstillende												
3	Noe												
2	Teoretisk												
1	Beskrevet												
0	Uvirksomt												

Kan du stole på konklusjonene i artiklene?

Tidsskriftet har flere rutiner for å sikre at kvaliteten på artiklene er høy og konklusjonene pålitelige.

- Artiklene utarbeides av fagpersoner med høy vitenskapelig kompetanse. Minst en av forfatterne på hver artikkel må ha doktorgrad.
- Alle ferdig skrevne artikler kvalitetssikres via en fagfelleordning der to vitenskapelige fagfeller, en praksisfagfelle og redaktøren vurderer kvaliteten på artikkelen før den kan publiseres. De fleste artiklene revideres flere ganger før den endelig utgaven blir publisert.
- Artiklene er uavhengige. Det vil si at forfatterne, fagfeller eller redaktør ikke kan være involvert i utvikling, implementering eller evaluering av tiltaket som omtales.
- For at alle tiltak og dokumentasjonen skal vurderes likt, er det utviklet kriterier som skal følges i hver artikkel. Alle forfattere har vært gjennom opplæring og trening i kriteriene.

Mer informasjon om rutiner og kriterier finnes i heftet:
Kriterier og prosedyrer for vurdering og klassifisering av tiltak.
Heftet kan lastes ned fra ungsin.no

Martinussen, M., Reedtz, C., Eng, H., Neumer, S. P., Patras, J., & Mørch, W. T. (2016). *Ungsinn – Kriterier og prosedyrer for vurdering og klassifisering av tiltak* (2. utg). Tromsø: Universitetet i Tromsø. ISBN: 978-82-93031-43-7.



Vær oppdatert!!

- Nyhetssakene gir en lettfattelig presentasjon av tiltaket og Ungsinn sin vurdering.
- Meld deg på Ungsinn sitt nyhetsbrev og få oppdateringer og nye tiltak på e-post.
- Lik gjerne Facebooksiden vår. Her legger vi ut små og store nyheter om tiltak og andre saker som er relevant for en god og virksom praksis. <https://www.facebook.com/ungsinn>





REDAKSJONEN:

REDAKTØR

Monica Martinussen
Professor
Tlf.: 77 64 58 81
e-post: monica.martinussen@uit.no

REDAKSJONSMEDARBEIDER

Karine Jakobsen
Førstekonsulent
Tlf.: 77 64 63 96
e-post: karine.jakobsen@uit.no

ASSISTERENDE REDAKTØR

Charlotte Reedtz
Førsteamanuensis
lf.: 77 64 58 66
e-post: charlotte.reedtz@uit.no

RKBU NORD

Det helsevitenskapelige fakultet
e-post: post.rkbu@helsefak.uit.no

REDAKSJONSSJEF

Helene Eng
Universitetslektor
Tlf.: 77 64 58 79
e-post: helene.eng@uit.no

UIT NORGES ARKTISKE UNIVERSITET

Tlf.: 77 64 40 00
Postboks 6050 Langnes
9037 Tromsø