

OM FORSKNINGSMOTALEN

Forskningsomtalen skal være til støtte for beslutningstakere i kommunen.



FORSKNINGSOMTALE

Hva er effekten av emosjonsfokusert foreldreveiledning?

Emosjonsfokusert foreldreveiledning kan gi positive effekter for barn og foreldre. Dette gjelder blant annet barns emosjonelle kompetanse og adferd, samt foreldres oppdragelsespraksis, foreldrestil og psykiske velvære. Det viser en systematisk oversikt fra 2023.

Asker kommune ønsket å vite mer om effekten av foreldreveiledningsprogrammet Tuning in to Kids (TIK) gitt til foreldre med barn i barneskolen. Vi fant ingen systematiske oversikter som undersøkte TIK alene eller helt riktig aldersgruppe, og vi valgte derfor å omtale en systematisk oversikt som undersøkte flere forskjellige emosjonsfokuserte foreldreveiledningsprogrammer (inkl. TIK) til foreldre med barn 0-7 år. Denne forskningsomtalen inngår som en del av en mini-metodevurdering om foreldreveiledningsprogrammet Tuning in to Kids (TIK).

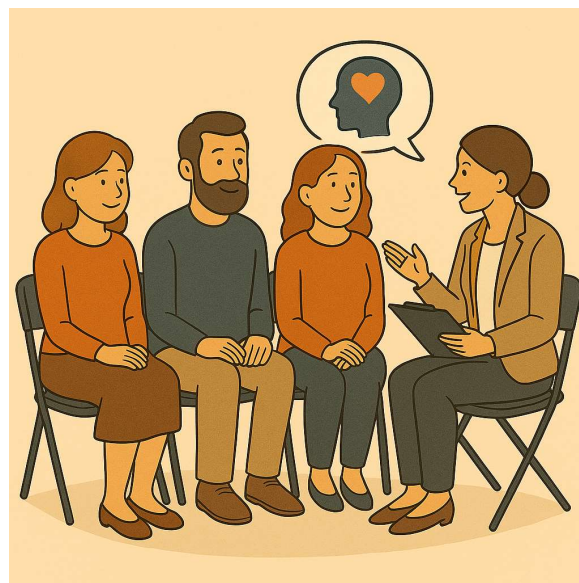
HOVEDBUDSKAP

Den systematiske oversikten undersøkte effektene av ulike emosjonsfokuserte foreldreveiledningsprogrammer gitt til foreldre med barn mellom 0-7 år, sammenlignet med en kontrollgruppe uten tiltak (f.eks venteliste). Utfallene som ble vurdert var barnets emosjonelle kompetanse og adferdstilpasning, foreldres emosjonelle oppdragelsespraksis (positiv og negativ), foreldrestil (positiv og negativ) og foreldrenes psykiske velvære. Foreldres emosjonelle oppdragelsespraksis går ut på å lytte og bekrefte barnets følelser (positiv) eller overse, bagatellisere eller unngå å møte barnets følelser (negativ), mens foreldrestil er et mer overordnet begrep som inkluderer generelle oppdragelsesmetoder som fremmer (positiv) eller begrenser (negativ) barnets utvikling og velvære.

Resultatene viser at:

Barn får

- trolig en bedre emosjonell kompetanse, særlig innen emosjonsregulering
- muligens en positiv adferdstilpasning



Foreldre får

- trolig en mindre negativ foreldrestil
- muligens en mer positiv emosjonell oppdragelsespraksis og positiv foreldrestil
- muligens en mindre negativ emosjonell oppdragelsespraksis
- muligens bedre psykisk velvære

BAKGRUNN

Tidlig barndom er en avgjørende periode i livet, og utvikling av emosjonsforståelse- og regulering er viktig for sosial fungering og psykisk helse senere i livet. Emosjonsfokusert foreldreveiledning har vært benyttet siden 1990-tallet, og det finnes en rekke forskjellige programmer som f.eks. Tuning in to Kids (TIK), Emosjonsfokusert foreldreveiledning (EFFV) og Circle of Security (COS). Fellesnevneren er at de fokuserer på å bygge sterke emosjonelle bånd mellom foreldre og barn, hvor foreldre lærer å gjenkjenne og validere barnets følelser på en støttende måte. Dette kan bidra til å redusere problemadferd og styrke barnets emosjonelle kompetanse, samt forbedre foreldreferdigheter og kvaliteten på foreldre-barn relasjonen.

Tuning in to Kids (TIK) er et foreldreveiledningsprogram utviklet av Dr. Sophie Havinghurst og Ann Harley, og det retter seg mot foreldre til barn mellom 3-12 år. Det tilbys ofte i mindre grupper over 6-8 uker, og foreldrene får konkrete verktøy for å støtte barnets emosjonelle utvikling og egen evne til selvregulering. Programmet kan tilbys universelt på helsestasjoner eller skoler, eller det kan gis selektivt til foreldre med barn som strever.

HVA ER DENNE INFORMASJONEN BASERT PÅ?

En systematisk oversikt fra 2023 vurderte effekten av emosjonsfokustert foreldreveiledning til foreldre med barn mellom 0-7 år. Oversikten inkluderte kun randomiserte kontrollerte studier (RCT) og sammenlignet emosjonsfokustert foreldreveiledning med en kontrollgruppe uten tiltak (venteliste). Utfallene som ble undersøkt var barnets emosjonelle kompetanse og adferdstilpasning, foreldres emosjonelle oppdragspraksis (positiv og negativ), foreldrestil (positiv og negativ) og foreldrenes psykiske velvære. Utfallene ble målt med spørreskjemaer til foreldre eller ved direkte evaluering av foreldre og barns atferd og samspillet dem imellom.

Den systematiske oversikten inkluderte 26 publikasjoner som rapporterte utfall fra 15 unike utvalg (studier). Totalt var det ni ulike foreldreveiledningsprogrammer som ble undersøkt, alle med et emosjonsrettet fokus. De forskjellige var Tuning in to Kids (TIK), Dads Tuning in to Kids (DadsTIK), Tuning in to Kids one-to-one (TIK one-to-one), Tuning in to Toddlers (TOTS), Reminiscing and Emotion Training (RET), Parent-Child Interaction Therapy-Emotional Development (PCIT-ED), Emotion-Centered Family Therapy (ECFT), Parenting Your Hyperactive Preschooler (PYHP) og Emotion Socialization Training (EST). Fire av de ni er en del av Tuning in to Kids-programmet (TIK, DadsTIK, TIK one-to-one, TOTS).

Av de 15 unike studiene var det seks fra Australia, fem fra USA og to fra hhv. Iran og Kina. Det var mellom 31 og 316 deltakere, og studiene ble gjennomført i perioden 2009-2022. Det var variasjon i utvalgene av barn og foreldre, og både barn med og uten adferdsforstyrrelser eller angst/depresjon ble inkludert. De fleste barna var mellom 3-6 år. Det var varierende hvordan de ulike foreldreveiledningsprogrammene ble gjennomført, hvor noen ble gitt i grupper, andre individuelt til foreldre eller til foreldre og barn sammen. Totalt var det 9 av de 15 unike studiene som leverte veiledningen i gruppeformat.

Effektene ble vurdert med Hedges' g, som er et mål på standardisert forskjell i effekt mellom intervensjons- og kontrollgruppen. De fleste effektene var små til moderate, men positive i favør emosjonsfokustert foreldreveiledning (Tabell 1).

TILLIT TIL RESULTATENE

Vi har vurdert tillitten til hvert utfall på en systematisk måte ved hjelp av GRADE. Denne metoden vurderer studiedesign, risiko for systematiske feil, hvor generaliserbare forskningsresultatene er, om resultatene er konsistente på tvers av studiene, hvor presise resultatene er og om det er mistanke om rapporteringsskjevhet (f.eks. at kun positive resultater er publisert). Tillittsvurderingen ender med at hvert utfall får en tillittsskår som enten er svært lav, lav, moderat eller høy, og handler om hvor trygge vi kan være på at resultatet gjenspeiler virkeligheten og den sanne effekten.

I denne systematiske oversikten har vi lav til moderat tillit til resultatene (Tabell 1). Dette skyldes metodiske begrensninger i de inkluderte studiene, samt at det var relativt stor variasjon i utvalget av foreldre og barn og i gjennomføringen av de forskjellige foreldreveiledningsprogrammene som ble sammenlignet på tvers av studiene. Dette betyr nødvendigvis ikke at emosjonsfokustert foreldreveiledning *ikke* har effekt, men det er en risiko for at nye studier kan gi andre resultater.

OM DENNE FORSKNINGSMOTALEN

Bibliotekar gjennomførte et søk etter systematiske oversikter i april 2025. Søk ble utført i databasene PsycINFO, MEDLINE, Embase, Web of Science, Epistemonikos og Cochrane Library, og forskere og oppdragsgiver var med i planleggingen av søket. I søket brukte vi søkeord som "tuning in to kids", "parenting program" og "emotion-focused therapy". Vi søkte også på synonymer og brukte trunkering der det var nødvendig. Søkene ble tilpasset den enkelte litteraturdatabasen. Vi avgrenset søket til å gjelde fra 2015-2025.

Vi gjennomgikk 392 unike referanser fordelt på to forskere, og vurderte 33 av disse i fulltekst uavhengig av hverandre. Det var tre oversikter som best besvarte vår problemstilling, og disse vurderte vi metodisk kvalitet på ved hjelp av en modifisert sjekkliste fra JBI (Joanna Briggs Institute). Disse tre ble deretter presentert for oppdragsgiver, og sammen valgte vi den aktuelle oversikten som blir omtalt i denne forskningsomtalen.

KILDE

England-Mason G, Andrews K, Atkinson L, Gonzalez A. Emotion socialization parenting interventions targeting emotional competence in young children: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Clinical Psychology Review*. 2023;100:102252. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102252>

TA KONTAKT

E-post: kommunestotte@fhi.no

SITERING

Bjornes SS, Arentz-Hansen H, Nguyen L. Hva er effekten av emosjonsfokustert foreldreveiledning? Forskningsomtale [internett]. Oslo: Folkehelseinstituttet; 2025.



TABELL 1

Resultatene viser at emosjonsfokustert foreldreveiledning sammenlignet med kontrollgruppe uten tiltak:	Hvor stor er forskjellen?*	Tillit til resultatene	Tallene bak**
trolig øker barns emosjonelle kompetanse	▲▲▲ Liten	⊕⊕⊕○ Moderat	$g = 0.44$ $SE = 0.13$ 95% CI [0.17, 0.67]
muligens fører til en mer positiv adferdstilpasning hos barn	▲▲▲ Liten	⊕⊕○○ Lav	$g = 0.34$ $SE = 0.09$ 95% CI [0.16, 0.52]
muligens fører til en mer positiv emosjonell oppdragelsespraksis	▲▲▲ Middels	⊕⊕○○ Lav	$g = 0.50$ $SE = 0.10$ 95% CI [0.32, 0.69]
muligens fører til en mindre negativ emosjonell oppdragelsespraksis	▲▲▲ Middels	⊕⊕○○ Lav	$g = 0.50$ $SE = 0.14$ 95% CI [0.23, 0.78]
muligens fører til en mer positiv foreldrestil	▲▲▲ Middels	⊕⊕○○ Lav	$g = 0.74$ $SE = 0.26$ 95% CI [0.24, 1.24]
trolig fører til en mindre negativ foreldrestil	▲▲▲ Liten	⊕⊕⊕○ Moderat	$g = 0.25$ $SE = 0.07$ 95% CI [0.12, 0.38]
muligens fører til bedre psykisk velvære hos foreldre	▲▲▲ Liten	⊕⊕○○ Lav	$g = 0.28$ $SE = 0.10$ 95% CI [0.08, 0.49]
* Effektene ble vurdert med Hedges' g , hvor 0,2 = liten effekt, 0,5 = medium effekt og 0,8 eller høyere = stor effekt. ** g = Hedges' g ; SE = standardfeil; CI = konfidensintervall. Tallene i parentes viser feilmarginen (95 % konfidensintervall) – et mål på hvor usikkert resultatet er på grunn av tilfeldigheter.			