



PMTO

De gode cirkler
i familien



Til professionelle

Forældrene er barnets vigtigste læremestre

Parent Management Training Oregon (PMTO) er et behandlingstilbud for familier med børn, der udviser problemadfærd.

Med udgangspunkt i forældrene som barnets vigtigste læremestre, giver PMTO forældrene konkrete værktøjer til at hjælpe deres barn, så familien kommer ud af de negative handlemønstre og ind i en positiv udvikling.



Hvad er PMTO?

PMTO er en evidensbaseret behandlingsmetode, som kan bruges i familier med børn i alderen ca. 4 til ca. 12 år, hvor et barn udviser udadrettet problemadfærd, og hvor der er brug for et mere positivt samspil mellem barn og forældre.

Målet med et PMTO forløb er at reducere uhensigtsmæssig adfærd og fremme en positiv udvikling hos barnet gennem samtaler og træning med forældrene. Denne tilgang kan forbedre familiesituationen som helhed, og samtidig øges barnets trivsel i daginstitution og skole.

Udgangspunktet for denne proces er det enkelte barns situation, og forandringen sker derfor i et samspil mellem barnet, forældrene og andre vigtige personer i barnets daglige liv.

Forældretræning & ressourcefokus

PMTO behandlingen består af samtaler og øvelser, der støtter forældrene i deres samspil med barnet. Forældrene får nye redskaber, som fremmer et positivt samvær i hele familien. Samtidig sætter PMTO fokus på familiens ressourcer, når eksempelvis de situationer, der opleves som vanskelige for familien, drøftes, og forældrene finder frem til og øver nye måder at møde barnet på.

I forløbet er forældrene terapeutens vigtigste samarbejdspartnere, og de lærer ved hjælp af en række konkrete værktøjer at igangsætte et mere positivt samspil i familien.

Vigtige komponenter i denne proces er:

- At lære at kommunikere positivt og tydeligt til barnet
- At give barnet støtte og opmuntring, når det udviser positiv adfærd
- At gennemføre milde negative konsekvenser, når barnet bryder regler.

På den måde bliver barnet bedre i stand til at indgå i et udviklende samspil med andre, og både forældre og barn genvinder kontrollen over deres handlinger og samværet i familien. Barnet lærer at følge samfundets almindelige normer og bliver bedre til at begå sig socialt.

Terapeutens rolle

At forandre et indgroet samspil i sin familie er en krævende personlig ændringsproces. PMTO terapeuten støtter forældrene aktivt i denne terapeutiske proces. Terapeuten hjælper familien med at sætte sig mål for forløbet og med at arbejde med forældrefærdighederne,

både ved samtalerne og gennem konkrete hjemmeopgaver. Terapeuten ringer hjem til familien én gang mellem hver samtale for at støtte hjemmearbejdet.

Efter behov inddrages daginstitution og skole i processen for at sikre, at alle vigtige personer i barnets dagligdag arbejder sammen om at støtte en positiv udvikling for barnet.

Hvem kan få udbytte af PMTO?

PMTO er velegnet til familier, som har et barn med udadrettet problemadfærd, hvor barnet gennem længere tid har været særligt krævende, negativt, grænsesøgende, trodsigt, uroligt, aggressivt eller vredt.

Denne adfærd får ofte barnet til at stå uden for sociale fællesskaber, og børn med disse problemer har brug for at lære en mere social og konstruktiv måde at være sammen med andre på. Problemadfærden kan være diagnosticeret eller ikke diagnosticeret, og barnet kan også have andre diagnoser. Familier med børn med ADHD og problemadfærd kan f.eks. ofte have glæde af metoden sideløbende med evt. medicinsk behandling.





Ikke alle familier med problemer vil dog have gavn af PMTO. Metoden anvendes ikke til:

- Familier med forældre i aktivt misbrug af rusmidler.
- Familier, hvor forældre eller børn er alvorligt psykisk udviklingshæmmede eller har alvorlige psykopatologiske symptomer.
- Børn, der har været udsat for seksuelle overgreb.
- Børn med alvorlige autismeforstyrrelser.

Hvordan foregår PMTO?

Forældre og terapeut mødes én gang om ugen til samtale og træning. Møderne varer en time og finder som regel sted i et kommunalt familiecenter eller lignende. Behandlingens længde tilpasses den enkelte familie og varierer meget, men et typisk forløb strækker sig over 20-30 møder. Forandring tager tid. Imellem møderne arbejder familien med hjemmeopgaver.

PMTO behandlingen fokuserer på:

- Gode og tydelige beskeder – første skridt på vejen til et godt samarbejde med barnet.
- Ros og opmuntring – opmærksomhed på

positiv opførsel fremmer positiv adfærd.

- Grænsesætning / milde negative konsekvenser – at lære barnet at acceptere grænser fra voksne.
- Balance mellem opmuntring og grænsesætning – opmuntring skal fylde mest i dagligdagen.
- Regulering og kontrol af følelser hos forældrene i samspillet med barnet.
- Tilsyn og opfølgning – at følge med i barnets interesser og adfærd uden for hjemmet.
- Positiv involvering – at skabe rammer for positivt samvær.
- Strategier for og træning i problemløsning, så løsningen bliver mulig at gennemføre.
- Kommunikation med barnet – at lytte til og forstå sit barn.

PMTO er en evidensbaseret metode, og det betyder bl.a., at behandlingen foregår efter nogle bestemte principper, at terapeuterne er oplært og certificeret i principperne og løbende modtager vejledning og recertificeres, så man sikrer stringens i forhold til metoden. Samtidig lægges der stor vægt på lydhørhed og kontakt til forældrene, således at man sikrer metodens tilpasning til hver enkelt families særlige situation.

Hvis du vil vide mere...

Socialstyrelsen står bag PMTO Danmark og er ansvarlig for at implementere metoden herhjemme. Metoden udvikles i samarbejde med Atferdssenteret, Norsk senter for studier av problematferd og innovativ praksis samt ved Oregon Social Learning Center, som har brugt metoden og uddannet PMTO terapeuter i en årrække.

Du kan læse mere om PMTO Danmark på **www.socialstyrelsen.dk/evidens** eller få flere oplysninger ved at ringe til programlederen for PMTO hos Socialstyrelsen, tlf. 7242 3700. Her vil du også kunne blive henvist til kommuner og organisationer, som har erfaringer med PMTO.

Du kan også få mere at vide om Socialstyrelsens øvrige arbejde på det sociale område på **www.socialstyrelsen.dk**



SOCIALSTYRELSEN

Socialstyrelsen
Edisonsvej 18
5000 Odense C
Tlf. 72 42 37 00
www.socialstyrelsen.dk

