

# Förord till andra utgåvan

**A**tt vara förälder till ett barn eller en tonåring med adhd kan på många sätt vara krävande.

Föräldrautbildning, som syftar till att öka föräldrarnas förståelse av funktionsnedsättningen och ge redskap för att hantera vardagen, har därför en given plats i behandlingen, i kombination med läkemedelsbehandling och andra åtgärder.

Strategi är ett manualbaserat strukturerat psykoedukativt föräldrautbildningsprogram som riktar sig specifikt till föräldrar som har barn eller tonåringar med adhd. Programmet fanns sedan tidigare i en version som riktar sig till föräldrar till yngre barn (4-12 år) men kompletterades senare 2013 med föreliggande programversion som riktar sig till föräldrar till tonåringar (13-17 år).

Programmet är avsett att erbjudas föräldrar i anslutning till att barnet eller tonåringen, efter utredning, fått sin diagnos. Strategi-kursen består av fem tillfällen och kan användas för såväl små (6-12 deltagare) som för stora (12-30 deltagare) föräldragrupper.

Programmet, som ägs av företaget Sinus AB, har utarbetats av Agneta Hellström, tidigare chef för Adhd-center i Stockholms läns landsting.

Den första utgåvan av Strategi Tonår kom 2013. Programmet har sedan dess reviderats och utvecklats och föreligger nu 2017 i en andra omarbetad utgåva.

Strategi-programmet används på Adhd-center och inom ett stort antal barn- och ungdomspsykiatriska verksamheter i landet samt även inom barn- och ungdomsmedicinska mottagningar och inom barn- och ungdomshabilitering på vissa håll. Utvärderingar av programmet visar stor tillfredsställelse bland föräldrar och det har också upplevts som mycket positivt av de kursledare som haft föräldrakurserna.

I Strategi-programmet får föräldrar kunskap om adhd för att öka förståelsen av det egna barnets eller tonåringens svårigheter. Föräldrarna får också generella råd om bemötande och förhållningssätt som kan underlätta vardagen.

Dessutom får föräldrar information och kunskap om samhällets stödinsatser.

Föräldrarna uppmuntras att själva ta ställning till hur den generella kunskapen och metoderna kan appliceras på deras egna barn eller tonåringar, och att också utbyta erfarenheter med varandra. Föräldrakursen är begränsad till fem tillfällen á tre timmar. De föräldrar, vars barn eller tonåringar har tillkommande utagerande beteendeproblem (ODD, CD) kan som komplement eller fördjupning till Strategi ha behov av andra mer omfattande program som lägger tonvikten på träning av föräldrafärdigheter, såsom Komet-programmet och COPE-programmet (Parent Training).

Kursledare i Strategi kan vara psykologer, sjuksköterskor, socionomer, specialpedagoger eller andra yrkesgrupper inom barn- och ungdomspsykiatri, barn- och ungdomshabilitering, barn- och ungdomsmedicin och övriga verksamheter där man ger stöd och behandling till familjer med barn som har adhd.

Utbildning av kursledare i programmet anordnas av Sinus AB, [www.sinus.se](http://www.sinus.se). Deltagarna förutsätts ha baskunskaper om adhd. Det är inte tillåtet att hålla föräldrakurser i Strategi-programmet om man inte gått kursledarutbildningen. Materialet i kursledarmanualen är upphovsrättsskyddat och får inte kopieras eller spridas, vare sig helt eller delvis, eller användas i andra sammanhang än i föräldrakursen Strategi.

Adhd stavas här med gemener (adhd) i enlighet med rekommendationer från Språkrådet. Denna stavning har blivit allt vanligare i Sverige under senare år. Tidigare stavades det med versaler (ADHD), vilket man gör internationellt. I många av litteraturreferenserna kvarstår denna stavning.

Jag vill tacka alla de föräldrar och kursledare som bidragit med värdefulla synpunkter och erfarenheter. Ett särskilt tack till mina tidigare medarbetare och kollegor på Adhd-center.

Stockholm i augusti 2017

*Agneta Hellström*