Klinisk veiledning

Til kartleggingsskjemaet for familietilpasning ved OCD hos barn og unge

Veiledning til skåring

Dette skjemaet er et klinisk arbeidsredskap. Skåren skal brukes til å få oversikt over familietilpasning ved OCD og til å velge behandlingsmål.

Skåren skal ikke brukes til å stille en diagnose, som et fast mål på alvorlighetsgrad eller som erstatning for en klinisk vurdering.

I dette skjemaet brukes ordet «barn» om både barn og unge.

Svarskala

0 = aldri; 1 = 1 dag; 2 = 2 til 3 dager; 3 = 4 til 6 dager; 4 = hver dag eller nesten hver dag.

Samlet skår

Legg sammen skårene for punkt 1 til 17.

Høyeste mulige skår: 68

Laveste mulige skår: 0

Den samlede skåren kan gi oversikt over omfanget av familietilpasning ved OCD. Den viktigste informasjonen finnes likevel ofte i enkeltpunktene. Et punkt med høy skår kan være mer klinisk relevant enn en moderat samlet skår hvis punktet tydelig holder OCD-mønsteret i gang.

© Uncompelled

Veiledende klinisk tolkning

0 til 10 poeng

Familietilpasningen er for tiden begrenset eller forekommer sjelden. Undersøk likevel om det finnes enkeltsituasjoner av stor betydning som ikke gjenspeiles i den samlede skåren.

11 til 24 poeng

Familietilpasning forekommer i noen situasjoner. Det kan være nyttig å velge én konkret situasjon der familien kan øve på å gi støtte uten å tilpasse seg OCD-kravene.

25 til 40 poeng

Familietilpasningen påvirker hverdagen tydelig. Det bør lages en familieavtale der de voksne gradvis reduserer den mest sentrale formen for tilpasning.

41 til 54 poeng

Familietilpasningen er omfattende og påvirker sannsynligvis OCD-mønsteret, familielivet og barnets fungering i hverdagen. Arbeidet bør systematisk rette seg mot de voksnes reaksjoner, støttende formuleringer og tydelige avtaler.

55 til 68 poeng

Familietilpasningen er svært utbredt og hyppig. Det kan være behov for tett oppfølging i behandlingen, gradvis reduksjon og særlig oppmerksomhet på konflikter, belastning, søsken og trygg gjennomføring av avtaler.

Viktige enkeltpunkter

Punkter med skår 3 eller 4 bør alltid markeres. De viser områder der tilpasningen skjer flere ganger i uken eller hver dag.

Punkter med særlig klinisk relevans er:

- Punkt 1 og 2: gjentatt beroligelse
- Punkt 3 og 4: venting på eller direkte deltakelse i ritualer
- Punkt 7 og 8: unngåelse og tilpasning av atferd for ikke å utløse OCD
- Punkt 9 til 14: endringer i familiens rutiner, ansvarsfordeling, skole, fritid og foreldrenes hverdag
- Punkt 15: søsken eller andre familiemedlemmer som tilpasser seg OCD
- Punkt 16: press, konflikt, sinne, gråt eller ubehag når tilpasningen uteblir
- Punkt 17: belastning hos den pårørende

© Uncompelled

Prioritering og oppfølging

Prioritering av behandlingsmål

Begynn ikke nødvendigvis med punktet som har høyest skår. Begynn med et punkt som det er viktig og realistisk å endre, og der endringen er tilpasset barnets utviklingsnivå.

Et godt første behandlingsmål er ofte:

- en tilpasning til OCD som skjer ofte
- en tilpasning som tydelig opprettholder OCD
- en tilpasning som familien kan endre uten for stor risiko for forstyrrelser i hverdagen
- en tilpasning som det kan lages en konkret og tydelig avtale om
- en tilpasning som kan endres uten at barnet blir overlatt til seg selv med ubehaget

For barn og unge er det særlig viktig at mindre tilpasning ikke oppleves som avvisning. De voksne skal fortsatt gi ro, nærvær og støtte. Det som reduseres, er hjelpen som gir OCD sikkerhet, kontroll eller mulighet til å unngå.

Eksempel på klinisk prioritering

Hvis punkt 1 får skår 4 fordi en forelder gir gjentatt beroligelse hver dag, kan det første målet være:

«Vi svarer én gang på vanlige spørsmål. Hvis OCD spør igjen, gir vi ikke mer sikkerhet. I stedet blir vi hos deg og hjelper deg med å la spørsmålet stå åpent.»

Hvis punkt 7 får skår 4 fordi familien hver dag hjelper barnet med å unngå bestemte situasjoner, kan det første målet være:

«Vi velger én liten unngåelse som familien ikke lenger skal hjelpe til med. Barnet øver på å bli i situasjonen med rolig støtte fra en voksen, men uten den vanlige OCD-hjelpen.»

Hvis punkt 15 får skår 4 fordi søsken ofte må tilpasse seg OCD, kan det første målet være:

«Vi blir enige om hvilke regler som gjelder for hele familien, og hvilke regler som bare kommer fra OCD. Søsken skal ikke lenger endre sin vanlige atferd for å gi barnet lettelse på OCDs premisser.»

© Uncompelled

Bruk av skårer over tid

Skjemaet kan fylles ut på nytt etter 2 til 4 uker. Ved gjentatt bruk bør man særlig se på:

- om skårene på de viktigste punktene går ned
- om familien tilpasser seg OCD-kravene mindre i de avtalte situasjonene
- om nye former for tilpasning dukker opp andre steder
- om belastning og konflikt avtar eller øker
- om søsken eller andre familiemedlemmer blir mindre berørt
- om barnet får mer erfaring med å tåle ubehag uten OCD-hjelp
- om avtalen må justeres

En lavere skår er ikke alltid det eneste målet. I starten kan ubehag, protester eller konflikter øke en kort periode når familien tilpasser seg mindre. Det avgjørende er om familien arbeider mer konsekvent med å støtte barnet uten å støtte OCD.

© Uncompelled