



# TIM nyhetsbrev



## TIM-studien foregår på 36 skoler i hele landet

*TIM-studien undersøker om barn som er mer engstelige og/eller triste enn andre har nytte av å delta i tiltaket Mestrende barn. Studien er et landsomfattende samarbeidsprosjekt. Elever på 3.-6. trinn ved de aktuelle skolene har fått forespørsel om å være med. Blant de elevene der foresatte har gitt samtykke, ble det gjennomført en kartlegging i form av ulike elektroniske spørreskjema til eleven, foresatte og læreren. Halvparten av skolene som deltok var trukket ut til tiltaksskoler og den andre halvparten var kontrollskoler i studien.*

Prosjektet er støttet av Norges Forskningsråd.

## STATUS DESEMBER 2016

---

En viktig milepæl i TIM-studien er nå nådd, og 2,5 år med Mestrende barn grupper og datainnsamling er gjennomført i Bærum, Ski, Skedsmo, Melhus, Trondheim, Bodø og Tromsø. Våren 2017 gjenstår bare en spørreundersøkelse for barn som deltok ett år tidligere.

Noen nøkkeltall fra studien:

- 1692 barn fra 36 skoler er blitt kartlagt.
- 711 barn har deltatt i studien, av disse har 279 deltatt i Mestrende barn grupper mens 432 har vært i kontrollgruppen.
- 54% av deltakerne var jenter
- Omtrent halvparten av barna som deltok svarte at de hadde symptomer på både engstelighet og tristhet
- 67 ansatte fra kommunale tjenester eller spesialisthelsetjenesten har fått opplæring i Mestrende barn programmet.

I prosjektperioden har også lærere og helsesøstre på alle skolene fått tilbud om å delta på et seminar om hvordan de kan støtte engstelige og triste barn og unge i skolehverdagen.

Prosjektet går nå inn i en ny fase der fokuset er å analysere data og publisere resultater. To artikler fra prosjektet er allerede publisert: En som viser en sammenheng mellom symptomer på angst og depresjon og opplevd livskvalitet og selvfølelse<sup>i</sup>, og en som beskriver studien<sup>ii</sup>. Det arbeides parallelt med flere artikler, hvor temaene blant annet er om Mestrende barn reduserer symptomer på angst og depresjon, mulig effekt av tiltaket på

skolefungering samt mulige langtidseffekter. Prosjektet har nå fire stipendiater som arbeider med analyser og publisering.

Ønsker du mer informasjon om studien, kan du gå inn på:  
[www.ntnu.no/rkbu/mestrendebarn](http://www.ntnu.no/rkbu/mestrendebarn)

### HVA SKJER VIDERE?

Våren 2017 vil vi invitere skolepersonell, gruppeledere og andre interesserte til en konferanse der foreløpige resultater presenteres. Videre vil vi også sende ut et nyhetsbrev med informasjon om resultater til alle involverte.

Sammen med de tjenestene som ønsker en videreføring av Mestrende barn tiltaket etter prosjektperioden, jobber vi med å lage en plan for hvordan tiltaket kan tas i bruk i kommunene. Denne planen omfatter både opplæring og oppfølging av gruppeledere, hvordan invitere barn og foreldre samt hvordan man kan samarbeide med skolene og lærere. Det pågår også en revidering av tiltaket etter innspill fra gruppeledere og foresatte.

Til slutt ønsker vi å takke alle barn, foresatte og lærere som har bidratt til studien, og som dermed har gjort det mulig å få bedre kunnskap om effekten av et tidlig tiltak for barn i Norge. Vi vil også takke for alle gode innspill underveis.

Med ønske om en riktig god jul – fra oss i TIM-studien



Nasjonal prosjektleder: Simon-Peter Neumer,

[simon-peter.neumer@r-bup.no](mailto:simon-peter.neumer@r-bup.no)

Lokale prosjektledere:

RKBU Nord: Joshua Patras [joshua.patras@uit.no](mailto:joshua.patras@uit.no)

Frode Adolfsen, [frode.adolfsen@uit.no](mailto:frode.adolfsen@uit.no)

RKBU Midt: Anne Mari Sund, [anne.m.sund@ntnu.no](mailto:anne.m.sund@ntnu.no)

RBUP Øst og Sør: Solveig Holen, [solveig.holen@r-bup.no](mailto:solveig.holen@r-bup.no)

Kristin Martinsen, [kristin.martinsen@r-bup.no](mailto:kristin.martinsen@r-bup.no)



**Regionsenter for barn og unges psykiske helse**

Helseregion Øst og Sør



**NTNU**

Regionalt kunnskapssenter  
for barn og unge  
– Psykisk helse og barnevern

<sup>i</sup> Martinsen, K. D., Neumer, S.-P., Holen, S., Waaktaar, T., Sund, A. M., & Kendall, P. C. (2016). Self-reported quality of life and self-esteem in sad and anxious school children. *BMC Psychology*, 4(1), 45.

<sup>ii</sup> Patras, J., Martinsen, K. D., Holen, S., Sund, A. M., Adolfsen, F., Rasmussen, L.-M. P., & Neumer, S.-P. (2016). Study protocol of an RCT of EMOTION: An indicated intervention for children with symptoms of anxiety and depression. *BMC Psychology*, 4(1), 48.