



VIL DIN SKOLE VÆRE MED I ECHO-STUDIEN?

PSYKISKE HELSEPROBLEMER BLANT BARN OG UNGDOM ER EN STOR UTFORDRING I NORGE.

Mange barn har symptomer på angst og depresjon uten at de oppfyller kriteriene for en diagnose. Barn og unge med slike vansker strever ofte mer på skolen og med sosiale relasjoner enn andre. I tillegg har barn som er engstelige og triste også større risiko for å utvikle en lidelse senere.

ECHO-STUDIEN ER EN VIDEREFØRING AV TIM-STUDIEN (TIDLIG INTERVENSJON, MESTRENDE BARN).

I TIM-studien undersøkte vi om barn som er mer engstelige og/eller triste enn andre hadde nytte av å delta i Mestrende Barn grupper. Det er det samme tiltaket som skal undersøkes i Echo, men denne gangen skal den tradisjonelle versjonen sammenlignes med en kortere og delvis digitalisert versjon. I tillegg skal Virtual Reality (VR) briller prøves ut for å gi barna enda bedre muligheter til å øve på situasjoner de frykter eller unngår. I studien skal vi også undersøke om det er hjelpsomt at gruppelederne får jevnlig tilbakemeldinger på hvordan barna har det, - et såkalt tilbakemeldingssystem.

Echo-studien skal videreutvikle og evaluere et lavterskeltiltak (kalt Mestrende Barn) for barn fra 9-12 år som har tegn på angst og depresjon. Barna lærer mestringsstrategier i grupper på skolen.

Echo-studien skal gjennomføres i tidsrommet 2019 – 2024, hvor vi er aktivt ute i skolene i 2020 og 2021. Førte skoler over hele Norge inviteres til å delta, og tiltaket gjennomføres på 4., 5. og 6. trinn.

Gjennom deltakelse i Echo prosjektet vil barna ved din skole og tjenesten i din kommune, få et lavterskeltilbud til triste og engstelige barn. Prosjektsamarbeidet vil øke fokus på forebygging, og gruppelederne vil få opplæring og veiledning til å gjennomføre tiltaket.



Er din skole eller tjeneste interessert i å delta i Echo-studien, og få kostnadsfri tilgang til et effektivt tiltak? Ta kontakt med regionale prosjektledere og prosjektkoordinatører:

Regionale prosjektledere og prosjektkoordinatører:

RBUP Øst og Sør:

Kristin Martinsen / Anne Liv Askeland
E-post: kristin.martinsen@r-bup.no / ala@r-bup.no
Telefon: 99 58 60 31 / 99 41 92 23

RKBU Midt:

Jo Magne Ingul / Kristin Ytreland
E-post: jo.m.ingul@ntnu.no / kristin.ytreland@ntnu.no
Telefon: 92 86 91 63 / 90 11 87 76

RKBU Nord:

Frode Adolfsen / Therese Halvorsen
E-post: frode.adolfsen@uit.no / therese.halvorsen@uit.no
Telefon: 77 64 58 78 / 46 82 86 27

For mer informasjon:

www.echo.r-bup.no

Nasjonal prosjektleder:

Simon-Peter Neumer,
E-post: simon-peter.neumer@r-bup.no
Telefon: 95 82 05 08



Regionsenter for barn og unges psykiske helse

Helseregion Øst og Sør



Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, Nord
psykisk helse og barnevern
(RKBU Nord)



Regionalt kunnskapssenter
for barn og unge

– Psykisk helse og barnevern

