



Evidensbaserade brottsförebyggande metoder

Fokusområde: barn, ungdomar och familjer

Stöd till kommuner vid val av insatser i det
brottsförebyggande arbete och social prevention.

Reviderad: 2025-11-13

Kontakt: blekinge@lansstyrelsen.se

För dig som vill jobba mer evidensbaserat i ditt förebyggande arbete

Länsstyrelsen Blekinge har tagit fram denna sammanställning av evidensbaserade metoder för att underlätta för dig som arbetar lokalt med förebyggande arbete för barn, ungdomar och familjer. De problem som metoderna riktar sig mot är bland annat ungdomsbrottslighet, alkohol- och narkotikabruk, våld och utåtagerande beteenden, problem i föräldrar- barn relationen, men också andra problem såsom ofullständig skolgång och psykisk ohälsa.

Sammanställningen kan hjälpa dig att välja metoder som har starkt vetenskapligt stöd och som bygger på forskning om risk- och skyddsfaktorer. Denna sammanställning beskriver olika metoder som riktar till målgrupperna **barn, ungdomar och familjer**.

Underlaget är framtaget utifrån Blekinge läns arbete kring prevention för barn och unga, där Länsstyrelsen i Blekinge erbjuder detta som ett stöd vid val av insats med särskilt fokus på kommunernas brottsförebyggande arbete, inklusive socialtjänstens brottsförebyggande del.

Sammanställningen försöker ge en överblick över relevant information som kan behövas vid beslut och val av insats såsom:

- Information om metodens utförande och målgrupp
- Evidensläge kring metoden- både internationellt och nationellt
- Vad metoden åtgärdar för problem
- Ägare av metoden
- Vart man kan hitta mer information om metoden

Som ett komplement till denna sammanställning behöver metoderna matchas mot rätt risk- och skyddsbehov på individ- eller samhällsnivå. Länsstyrelsen Blekinge undersöker därför under 2026 olika sätt att kartlägga risk- och skyddsfaktorer på en mer övegripande samhällsnivå, med en förhoppning om att kunna erbjuda stöd även gällande detta framöver. För risk- och behovsbedömningar på individnivå hänvisar vi till Socialstyrelsens rekommendationer mot normbrytande beteende: [Risk- och skyddsfaktorer för normbrytande beteende - Kunskapsguiden](#).

Vilka metoder ingår?

Sammanställningen utgår ifrån Blueprints for Healthy Youth Development, ett projekt vid University of Colorado Boulder som syftar till att identifiera, rekommendera och sprida metoder för barn, ungdomar, familjer och lokalsamhällen som är baserade på vetenskapliga utvärderingar och har evidens för effekt.

De metoder som valts ut till denna sammanställning ingår alla i Blueprints som certifierade program, vilket innebär att det finns tillräckliga effektstudier av god kvalitet för att säkerställa att metoderna fungerar. Vissa av insatserna har även utvärderats i Sverige.

För mer information om Blueprints urval och certifieringsmetoder se: [Blueprints Certification – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

Denna sammanställning baseras på de metoder i Blueprints som också återfinns i olika svenska myndigheters och organisationers listor på program och metoder såsom:

- Socialstyrelsens *Exempel på metoder och arbetssätt som används i arbetet med att förebygga normbrytande beteende och brott bland barn och unga i Sverige*¹
- Socialstyrelsens *Rekommendationer för insatser för att motverka fortsatt normbrytande beteende och återfall i brott*²
- MFOF:s *Översikt av program och metoder för föräldraskapsstöd*³
- *Stockholms universitets Forskningsöversikt av våldsprevention i Sverige*⁴
- SBU:s sida om insatser i socialtjänsten med vetenskapligt stöd⁵
- Publikationer ifrån SBU som berör vård och stödinsatser kring barn och unga (se listan på källor för mer information).

Vi hoppas att detta underlag kan hjälpa er att navigera i den djungel av metoder som finns, men också inspirera er till att välja några av dessa program i ert förebyggande arbete när det är lämpligt.

Länsstyrelsen Blekinge, November 2025.

¹ [Exempel på metoder för att förebygga normbrytande beteende och brott - Socialstyrelsen](#)

² [Insatser för att motverka fortsatt normbrytande beteende och återfall i brott – Kunskapsstöd med rekommendationer för socialtjänstens arbete med barn 6–17 år - Socialstyrelsen](#)

³ [Program och metoder \(mfof.se\)](#)

⁴ [Microsoft Word - Våldsprevention slutrapport.docx](#)

⁵ [Insatser inom socialtjänsten med vetenskapligt stöd](#)

Innehåll

För dig som vill jobba mer evidensbaserat i ditt förebyggande arbete	2
Vilka metoder ingår?	3
Universell nivå	5
Höjaspelet - Good Behaviour Game	5
Communities That Care -CTC.....	6
Olweusprogrammet	7
KiVa	8
Safe dates	9
Family check up.....	10
De otroliga åren- The incredible years	11
Främja goda val -Guiding Good Choices	12
Triple P	13
Selektiv och indikerad nivå.....	14
Utökade hembesök- Nurse-Family Partnership.....	14
Coping Power Program- CPP	15
SNAP- Stop Now and Plan.....	16
Funktionell familjeterapi- FFT.....	17
Multisystemisk terapi- MST.....	18
Treatment Foster Care Oregon- TFCO.....	19
PCIT- Parent-Child Interaction Therapy	20
Project support.....	21
Insatser som ingår i Socialstyrelsens rekommendationer mot fortsatt normbrytande beteenden, men ej i Blueprint.....	22
Cope	22
Komet 3-11 år	23
Brief Strategic Family Therapy (BSFT).....	24
Multidimensionell familjeterapi (MDFT).....	25
Källor	26

Universell nivå

Höjaspelet - Good Behaviour Game

Good Behaviour Game (GBG) är en klassrumsbaserad strategi för social färdighetsträning i grundskolan som lärare använder tillsammans med skolans läroplan. GBG använder ett klassrumsbaserat spelformat med lag och belöningar för att utveckla elevernas förmåga till självreglerande beteende och att främja motivationen till samarbete, vilket ska leda till ett prosocialt klassrumsklimat som präglas av struktur och studiero för alla elever. Lärarna spelar spelet med klassen tre gånger per vecka och spelet inleds med att klassen delas in i lag. Inför varje spelomgång introducerar läraren tre regler som kan handla om att fokusera, arbeta tyst och räcka upp handen. Det gäller för deltagarna i laget att hjälpa varandra följa reglerna samtidigt som de enskilt eller tillsammans arbetar med en tilldelad arbetsuppgift. Alla lag som lyckas vinner.

Programtyp

Preventionsprogram (universell prevention)

Programmiljö

Skola

Målgrupp

Alla elever i årskurs F-3

Effekt

Minskad aggressiva beteenden, minskad blyghet hos elever, minskade alkoholproblem och antisociala beteenden hos samtliga deltagare, minskade drogproblem och tobakskonsumtion hos pojkar. Minskad risk för psykisk ohälsa, antisociala personlighetsstörningar, våld och kriminalitet, samt sexuella riskbeteenden- särskilt hos den gruppen av barn med svårare aggressionsproblem⁶.

- Utvärderad i Sverige⁷
- SBU föreslår fler primärstudier för att säkerställa effekten av programmet på externaliserade beteenden hos barn⁸
- Blueprint nivå *Lovande*

Programägare

[Prevention Sverige – Institutet för tillämpad preventionsvetenskap](#)

Mer information om programmet

[Höjaspelet – exempel - Socialstyrelsen](#)

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

[SBU- Good Behaviour Game](#)

⁶ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

⁷ [Good behavior game – study protocol for a randomized controlled trial of a preventive behavior management program in a Swedish school context - PMC](#)

⁸ [Good Behavior Game \(GBG\)/PAX för att förebygga externaliserande beteende hos barn \(universell prevention i skolan\) jämfört med ingen intervention avseende flera utfall](#)

Communities That Care -CTC

CTC är ett system för att strukturera preventionsarbete baserat på lokalt samarbete. Målet är att skapa goda uppväxtvillkor för barn och unga genom att förhindra utanförskap, bristande skolresultat, våld, alkohol och bruk av tobak, alkohol och narkotika. CTC är väl grundat i forskning och har arbetats fram vid University of Washington. CTC-systemet hjälper lokala intressenter och beslutsfattare att förstå och använda sig av information om risk- och skyddsfaktorer för att kunna välja ut preventionsprogram som är bevisat effektiva och riktade mot just deras specifika utmaningar.

Programtyp

Preventionsystem/samverkansmodell (universell prevention)

Programmiljö

Lokalsamhälle/kommun

Målgrupp

Barn, unga och unga vuxna 0–24 år.

Effekt

Minskad risk för ungdomsbrottslighet, rökning, alkoholkonsumtion, våldsbeteenden, antisociala beteenden samt att bära vapen⁹¹⁰

- Inga utvärderingar hittade i Sverige
- SBU föreslår fler studier för att säkerställa effekten av metoden på psykiskt välbefinnande¹¹
- Blueprint nivå *Lovande*

Programägare

[Prevention Sverige – Institutet för tillämpad preventionsvetenskap](#)

Mer information om programmet

[CTC PLUS | The Center for Communities That Care](#)

[Prevention Sverige – Institutet för tillämpad preventionsvetenskap](#)

[Insatser, åtgärder och metoder för att förebygga brottslighet kopplad till kriminella nätverk – evidens, behov och förmåga - Vetenskapsrådet](#)
[Communities that Care \(CTC\)](#)

⁹ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

¹⁰ [Insatser, åtgärder och metoder för att förebygga brottslighet kopplad till kriminella nätverk – evidens, behov och förmåga - Vetenskapsrådet](#)

¹¹ [Främjande av psykiskt välbefinnande hos barn och ungdomar](#)

Olweusprogrammet

Olweusprogrammet är ett mobbningsprogram som har centrala åtgärder på tre nivåer: *Skolnivå* (bland annat skolenkät, förbättrat rastvärdssystem, studie- och handledningsgrupper), *gruppnivå* (Olweusregler mot mobbning, regelbundna klassmöten med eleverna) och *individnivå* (allvarliga samtal med inblandade elever och deras vårdnadshavare, individuella handlingsplaner). Det överordnade målet är att minska mobbning genom att förbättra det sociala klimatet på skolan. Programmet ska genomföras av rektor, tillsammans med hela skolpersonalen, elever och vårdnadshavare.

Programtyp

Preventionsprogram (universell prevention)

Programmiljö

Skola

Målgrupp

Alla elever i grundskola.

Effekt

Minskat antal elever som blir mobbade, bevittnar mobbning eller deltar i mobbning, minskat antal elever med antisociala beteenden. Ökad ordning och disciplin i skolan samt ökade positiva sociala relationer i skolan och positiva attityder till skolan hos elever¹².

- Effekttvärderad i Norge¹³
- Inga utvärderingar hittade i Sverige
- Blueprint nivå *Lovande*

Programägare

Programmet finns att tillgå via Olweus gruppen mot mobbning, som också certifierar skolor.

<http://olweus.se/>

Mer information om programmet

[Olweusprogrammet – exempel - Socialstyrelsen](#)

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

<http://olweus.se/>

¹² [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

¹³ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

KiVa

KiVa är ett skolprogram för att förebygga mobbning och hantera fall av mobbning i skolan på ett effektivt sätt. KiVa bygger på tre huvudelement: prevention, ingripande och övervakning. Preventiva åtgärder är riktade mot alla elever och fokuserar på att förebygga mobbning. Bland dessa åtgärder ingår exempelvis elevlektioner och onlinespel. Dessa åtgärder är ryggraden i KiVa-programmet. De ingripande åtgärderna i KiVa-programmet är specifikt riktade mot de barn och ungdomar som varit inblandade i mobbning. Målet är att ge skolor och elever verktyg för att sätta stopp för mobbningen. KiVa erbjuder verktyg för att övervaka situationen på skolorna genom årliga onlineundersökningar för både elever och personal. Undersökningarna ger feedback som skolorna kan använda för att förbättra antimobbningsarbetet.

Programtyp

Preventionsprogram (universell prevention)

Programmiljö

Skola

Målgrupp

Alla elever i grundskola.

Effekt

Minskat antal elever som blir mobbade, rapporterar mobbning eller deltar i mobbning. Även minskad utsatthet för eller deltagande i mobbning på nätet¹⁴.

- Effekttvärderad i Finland¹⁵
- Inga utvärderingar hittade i Sverige
- Blueprint nivå *Lovande*

Programägare

Akademi Magelungen erbjuder detta program till skolor i Sverige. [Kiva antimobbningsprogram - Magelungen](#)

Mer information om programmet

[KiVa – exempel - Socialstyrelsen](#)

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

[KiVa Skola® är ett åtgärdsprogram för att motarbeta mobbning. | Just another](#)

[KiVa Koulu site](#)

[Kiva antimobbningsprogram - Magelungen](#)

¹⁴ <https://www.blueprintsprograms.org/programs/569999999/kiva-antibullying-program/>

¹⁵ <https://www.blueprintsprograms.org/programs/569999999/kiva-antibullying-program/>

Safe dates

Safe Dates är ett förebyggande program för att förebygga våld i ungas parrelationer samt sexuellt våld i högstadiet och gymnasiet. Programmet består av en skolkomponent och en samhällskomponent. Skolkomponenten genomförs via 10 sessioner under skoltid med teman: omtänksamma relationer, definition av våld i ungas parrelationer, varför människor utsätter andra för misshandel, hur man hjälper vänner, övervinnande av könsstereotyper, lika makt genom kommunikation, våra känslor och hur vi hanterar dem, samt förebyggande av sexuella övergrepp. Inom samhällskomponenten erbjuds stödgrupper och aktiviteter för ungdomar samt information.

Programtyp

Preventionsprogram (universell, indikerad och selektiv prevention)

Programmiljö

Skola och lokalsamhälle

Målgrupp

Mellanstadiet (12–14 år)

Effekt

Minskad psykologiskt, fysiskt och sexuellt våld i parrelationer samt minskad risk att bära vapen till skolan¹⁶

- Blueprint nivå *Lovande*
- Inga utvärderingar hittade i Sverige
- Metoden översätts, kulturanpassas och effektutvärderas just nu av Jämställdhetsmyndigheten: [Översätta, anpassa och utvärdera två våldsförebyggande program](#)

Programägare

[Hazelden Publishing: Safe Dates Third Edition](#)

Mer information om programmet

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

[Hazelden Publishing: Safe Dates Third Edition](#)

[Våld i ungas nära relationer – förebyggande åtgärder](#)

¹⁶ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

Family check up

Family Check-up är en modell för att stödja och vägleda föräldrar. Den syftar till att minska barns beteendeproblem genom att stärka föräldrarnas strategier och ledarskap i familjen. Insatsen utvecklades i USA först till föräldrar med tonåringar och utvecklades senare även för föräldrar till yngre barn. Syftet är att kartlägga och medvetandegöra föräldrarnas styrke- och utvecklingsområden avseende föräldraskapet. Resultatet av kartläggningen används sedan för att vägleda föräldrarna till stödinsatser om de behöver det t.ex. Föräldraskap i Vardagen (FiV), individuell terapi m.m.

Programtyp

Insats (Universell, selektiv och indikerad prevention)

Programmiljö

Föräldrastöd- socialtjänst, familjecentral, elevhälsa samt vårdcentraler

Målgrupp

Föräldrar till barn mellan 2–17 år med beteendeproblem. Fungerar även för föräldrar med annan etnisk bakgrund, lägre socioekonomisk status samt psykiatriska tillstånd eller skadligt bruk och beroende¹⁷.

Effekt

Minskar utagerande problem i åldern 2–17 år på universell och selektiv nivå i åtminstone några år¹⁸. Minskade emotionella och beteendeproblem hos barnen och ökad positivt stöd och involvering hos föräldrar¹⁹.

- Utvärderad i flera studier i Sverige²⁰
- Blueprint nivå *Certifierad Modell*
- Kan förebygga utagerande problem på universell och selektiv nivå i åtminstone några år jämfört med ingen intervention enligt SBU²¹

Programägare

[Utvecklingscentrum för barns psykiska hälsa vid Västra Götalandsregionen.](#)

utvecklingscentrum@vgregion.se

Mer information om programmet

[FCU \(Family Check-up\) - Socialstyrelsen](#)

[Family Check-up \(FCU\) \(mfof.se\)](#)

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

[Family Check-Up \(FCU\) startside - Vårdgivarwebben Västra Götalandsregionen](#)

¹⁷ [Föräldraskapsstöd riktat till föräldrar med komplexa behov och svårigheter har en positiv effekt](#)

¹⁸ [Program för att förebygga psykisk ohälsa hos barn](#)

¹⁹ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

²⁰ https://www.mfof.se/foraldraskapsstod/program-och-metoder-for-foraldraskapsstod---soksida/fss-program/2022-10-25-family-check-up-fcu.html#svid12_7c267bb719379bee57648a7

²¹ [Föräldraskapsstöd riktat till föräldrar med komplexa behov och svårigheter har en positiv effekt](#)

De otroliga åren- The incredible years

De otroliga åren är ett manualbaserat program med syfte att stödja föräldrar till barn 3–8 år med beteendeproblem eller känslomässiga problem. Det kortsiktiga syftet är att stärka relationen mellan föräldrar och barn samt att minska utagerande och trotsigt beteende hos barnen. På så vis vill man minska risken för allvarigare beteendeproblem på längre sikt. Insatsen innebär utbildning och träning med veckovisa gruppträffar vid minst tolv tillfällen. Varje träff är 2,5 timmar lång. I grupperna kan 10–16 föräldrar delta.

Programtyp

Föräldrastödsutbildning (Universell/selektiv/indikerad prevention)

Programmiljö

BuP och socialtjänst.

Målgrupp

Föräldrar till barn (3–8 år) som har beteendeproblem eller känslomässiga problem. Fungerar även för föräldrar med annan etnisk bakgrund, lägre socioekonomisk status samt psykiatriska tillstånd eller skadligt bruk och beroende²².

Effekt

Högre självtillit, mindre disciplineringsstrategier och mer positiva beteenden hos föräldrar. Minskade problem hos barn såsom antisociala beteenden, aggression och utåtagerande beteenden²³.

- Blueprint nivå *Lovande*
- Flera svenska effektstudier har genomförts på insatsen²⁴
- Minskar utagerande problem på indikerad nivå vid uppföljning efter sex månader jämfört med ingen intervention enligt SBU²⁵

Programägare

För att implementera *De otroliga åren* inom verksamheter i Sverige behöver *Incredible Years (IY)* (programägare och utvecklare) i Seattle, USA kontaktas. incredibleyears@incredibleyears.com. Frågor kring utbildning kan ställas till De otroliga åren i Norge: [De Utrolige Årene \(DUÅ\) - De Utrolige Årene \(DUÅ\)](#)

Mer information om programmet

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

[De otroliga åren - Socialstyrelsen](#)

[Evidence-Based Early Intervention Programs | Incredible Years](#)

[De otroliga åren \(DOÅ\) \(mfof.se\)](#)

²² [Föräldraskapsstöd riktat till föräldrar med komplexa behov och svårigheter har en positiv effekt](#)

²³ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

²⁴ [De otroliga åren \(DOÅ\) \(mfof.se\)](#)

²⁵ [Program för att förebygga psykisk ohälsa hos barn](#)

Främja goda val -Guiding Good Choices

Främja goda val är ett föräldraprogram som riktar sig mot föräldrar med barn/ungdomar i åldern 9–14 år. Det syftar till att genom att ge enkla verktyg till familjen öka en känsla av tillhörighet och öppenhet och därigenom skapa tillfällen till diskussion och gemensamma riktlinjer vad gäller förhållningssätt till droger och alkohol. Under 5–6 träffar lär sig föräldrar och vårdgivare specifika förmågor som främjar en hälsosam utveckling och minskar barnens riskbeteende under tonåren. Övningar i hemmet och veckovisa familjemöten stärker familjeband och hjälper familjerna att tillämpa färdigheter i verkliga livet.

Programtyp

Föräldrastödsutbildning (universell prevention)

Programmiljö

Förskola, öppen förskola, mödra- och barnhälsovård och av olika professioner, bland annat socionomer.

Målgrupp

Föräldrar/vårdnadshavare med barn i åldern 9–14 år

Effekt

Positiva effekter på tonåringars och deras familjers välbefinnande. Dessa effekter varade långt efter att programmet avslutats. Minskad risk för missbruk och bruk av droger och alkohol, depressiva symtom och tobaksbruk²⁶.

- Inga utvärderingar hittade i Sverige
- Blueprint nivå *Lovande*

Programägare

University of Washington:

<https://www.communitiesthatcare.net/programs/ggc/>

Mer information om programmet

<https://www.communitiesthatcare.net/programs/ggc/>

[Prevention Sverige – Institutet för tillämpad preventionsvetenskap](#)

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

²⁶ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

Triple P

Triple P i Sverige riktar sig till föräldrar med barn i åldern 0–5 år. Syftet med programmet är att främja social hållbarhet genom att stärka relationen mellan föräldrar och barn och ge föräldrarna färdigheter och tilltro till sin föräldraförmåga. Genom att förebygga och upptäcka svårigheter tidigt är målet med programmet att minska risken för att barnen utvecklar allvarigare problem på längre sikt, men även att stödja föräldrar med barn som redan har utvecklat beteendeproblem. I Sverige erbjuds föreläsningar och enskild rådgivning på universell och selektiv nivå. Gruppträffarna erbjuds även på indikerad nivå från exempelvis BVC-sjuksköterska eller mödra- och barnhälsovårdpsykiolog.

Programtyp

Föräldrautbildning (selektiv och universell nivå)

Programmiljö

Förskola, öppen förskola, mödra- och barnhälsovård och av olika professioner, bland annat socionomer.

Målgrupp

Föräldrar/vårdnadshavare med barn i åldern 0–16 år internationellt, 0–5 år i Sverige. Fungerar även för föräldrar med annan etnisk bakgrund, lägre socioekonomisk status samt psykiatriska tillstånd eller skadligt bruk och beroende²⁷.

Effekt

Lägre andel bekräftade fall av barnmisshandel, placeringar utanför hemmet och sjukhusvistelser eller akutmottagningsbesök på grund av skador orsakade av barnmisshandel²⁸.

- Utvärderad i Sverige²⁹.
- Blueprint nivå *Lovande*
- Minskar utagerande problem på indikerad nivå vid uppföljning efter sex månader jämfört med ingen intervention enligt SBU³⁰

Programägare

Uppsala kommun <https://triplep.uppsala.se/>

Mer information om programmet

[Triple P 0-5 år \(mfoc.se\)](https://www.mfoc.se/)

<https://www.blueprintsprograms.org/programs/463999999/triple-p-system/>

<https://www.sbu.se/sv/publikationer/kunskapsluckor/foraldrastodsprogramm-et-triple-p>

²⁷ [Föräldraskapsstöd riktat till föräldrar med komplexa behov och svårigheter har en positiv effekt](#)

²⁸ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

²⁹ Dahlberg, A., Salari, R., Fängström, K., Fabian, H. & Sarkadi, A. (2022). *Successful implementation of parenting support at preschool: An evaluation of Triple P in Sweden*. PloS one, 17(4). doi: 10.1371/journal.pone.0265589; Sampaio, F., Sarkadi, A., Salari, R., Zethraeus, N. & Feldman, I. (2015). *Cost and effects of a universal parenting programme delivered to parents of preschoolers*. *European Journal of Public Health*, 25(6), 1035-42. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckv106>

³⁰ [Program för att förebygga psykisk ohälsa hos barn](#)

Selektiv och indikerad nivå

Utökade hembesök- Nurse-Family Partnership

Utökade hembesök är ett arbetssätt där socialtjänst och barnhälsovård besöker familjer i deras hem med fokus på förstagångsmödrar i social utsatthet med hembesök under graviditeten och fram till barnet fyller två år. Besöken syftar till att förbättra kvinnors hälsa samt förbereda föräldrar för förlossning, födsel och tidig vård av nyfödda. I Sverige arbetar flera regioner och kommuner med utökade hembesök med utgångspunkt från barnhälsovårdens basprogram där ytterligare fem hembesök erbjuds.³¹

Programtyp

Insats (selektiv prevention)

Programmiljö

Hemmiljö/Socialtjänst och BVC

Målgrupp

Förstagångsmödrar/föräldrar i social utsatthet

Effekt

Minskade oönskade andragraviditeter, våld i parrelationer, minskade fysiska skador hos barnet, minskade psykiska risker för barnet, förbättrad språklig och mental utveckling hos barnet, minskad försummelse och barnmisshandel. Minskade problembeteenden när barnen blir större, minskat substansbruk och psykisk ohälsa³². Svenska studier visar på liknande resultat³³.

- Blueprint nivå *Certifierad Modell*
- Större forskningsstudie pågår i Sverige: [LETS-studien: Långtidseffekter av tidigt föräldraskapsstöd | Göteborgs universitet](#)

Programägare

I Sverige delar Socialstyrelsen ut statsbidrag för arbete med utveckling av utökade hembesöksprogram: [Statsbidrag till regioner och kommuner för att stödja och stimulera barnhälsovårdens förebyggande arbete med hembesöksprogram - Socialstyrelsen](#). Det finns ingen programägare av denna insats i Sverige.

Mer information om programmet

[Statsbidrag till regioner och kommuner- hembesöksprogram - Socialstyrelsen](#)
[Hembesök i samverkan – socialtjänst och barnhälsovård – Folkhälsomyndigheten](#)
[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

³¹ [Utökat hembesöksprogram – valbart uppdrag | Vårdgivarguiden](#)

³² [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

³³ [Betydelser och effekter av utökade hembesök i Göteborg | Göteborgsregionen \(GR\)](#)

Coping Power Program- CPP

Coping Power Program (CPP) är en manualbaserad gruppbehandling för att minska utagerande aggressiva problembeteenden hos barn 8–12 år. Programmet baseras på kognitiv beteendeterapi och har två komponenter, en grupp för barn och en grupp för föräldrar. I behandlingen ingår träning i att känna igen och förstå sina egna känslosignaler, träning i självreglering och avslappning, perspektivtagande, problemlösning och sociala färdigheter. Fokus i föräldrakomponenten ligger på att bygga en positiv relation till barnet, uppmuntra positiva beteenden hos barnet, minska förstärkning av problembeteenden, sätta upp regler, konstruktiv kommunikation och stresshantering.

Programtyp

Insats/gruppbehandling (selektiv/indikerad prevention)

Programmiljö

Socialtjänst, primärvård och barnpsykiatri.

Målgrupp

Barn 8–12 år.

Effekt

Minskning av aggressiva beteenden i skola och hemmet, ökade sociala färdigheter, minskad självrapporterad ungdomsbrottslighet och droganvändning³⁴.

- Implementeras och utvärderas i Sverige av Karolinska institutet³⁵
- Blueprint nivå *Lovande*

Programägare

I Sverige utbildar Maria Helander gruppleddare i barnkomponenten av CPP. Kontaktuppgifter: maria.helander@ki.se.

Mer information om programmet

[CPP \(Coping Power Program\) - Socialstyrelsen](#)

<https://www.blueprintsprograms.org/programs/194999999/coping-power/print/>

[Coping Power Program ska förebygga att barn med normbrytande beteende hamnar i kriminalitet | Brå - Brottsförebyggande rådet](#)

³⁴ [Coping Power](#)

³⁵ [Föräldraträningsprogram och barn-KBT har god effekt för barn med trotssyndrom | Karolinska Institutet Nyheter](#)

SNAP- Stop Now and Plan

SNAP (Stop Now and Plan) är ett manualbaserat multimodalt program för barn 6–11 år med normbrytande beteende. SNAP syftar till att behandla utagerande aggressiva beteendeproblem hos barn för att minska risken för framtida antisociala beteenden. Programmet utgår från att dessa beteenden är beroende av både barnet själv och dess sociala miljö. Behandlingen inleds med barn- och föräldragrupper under 3 månader. Efter gruppbehandlingen deltar barn och föräldrar i ytterligare insatser utifrån behov. Utöver detta finns även möjlighet att lägga till booster-sessioner, läxhjälp, stöd i skolan eller mentorsprogram, utifrån barnets behov.

Programtyp

Insats/gruppbehandling (selektiv/indikerad prevention)

Programmiljö

Behandlare i familjeterapi med KBT inriktning, med upparbetad samverkan med socialtjänst, rättsväsende och skola.

Målgrupp

Barn 6–11 år med normbrytande beteende.

Effekt

Minskade aggressiva beteenden, beteendestörningar, utåtagerande beteenden, självskadebeteenden, depression, ångest, ADHD-symptom, ökade prosociala färdigheter, känslokontroll och problemlösningsförmåga³⁶.

- Inga utvärderingar hittade i Sverige
- Blueprint nivå *Lovande*

Programägare

För att få arbeta med SNAP behövs licens från [Child Development Institute \(CDI\)](#) i Toronto.

I Sverige erbjuds SNAP via <https://snap.nu/>

Mer information om programmet

[SNAP \(Stop Now and Plan\) - Socialstyrelsen](#)
[Implementera SNAP i din kommun – SNAP](#)
[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

³⁶ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

Funktionell familjeterapi- FFT

FFT är en manualbaserad insats för familjer med ungdomar 11–18 år med utagerande beteendeproblematik, begår brott eller missbrukar. Det kortsiktiga syftet är att förbättra relationerna och kommunikationen i familjerna. Långsiktigt är syftet är att ungdomens antisociala beteende ska upphöra. Insatsen syftar därför till att åstadkomma en mer stödjande kommunikation och mer ömsesidigt samspel inom familjen. I FFT arbetar en terapeut med hela familjen. I arbetet betonas bland annat vikten av att ta personligt ansvar för det man säger, att vara tydlig med vad man säger och vem man riktar sig till.

Programtyp

Insats/familjebehandling (selektiv/indikerad prevention)

Programmiljö

Aktörer som tillhandahåller familjeterapi, t.ex. socialtjänst

Målgrupp

Familjer med ungdomar (11–18 år) som har ett utåtagerande beteende, begår brott eller missbrukar.

Effekt

Minskat återfall i brott samt narkotikabrott³⁷.

- Två utvärderingar hittade i Sverige³⁸³⁹
- Blueprint nivå *Lovande*

Programägare

Stiftelsen Funktionell Familjeterapi (FFT) ger utbildning, handledning och certifiering i metoden. Det finns inga formella krav för att utbildas i FFT men relevant grundutbildning förordas. Det finns inget krav på licensavtal för verksamheter som vill använda metoden.

För information, se stiftelsenfftsverige.se.

Mer information om programmet

[FFT \(Funktionell familjeterapi\) - Socialstyrelsen](#)

[FFT Stiftelsen](#)

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

³⁷ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

³⁸ [Funktionell familjeterapi : en behandlingsmetod vid ungdomskriminalitet \(socvet.se\)](#)

³⁹ [Funktionell familjeterapi i barnpsykiatrisk praxis – Om behandling av ungdomskriminalitet utanför universitetsforskningen \(tandfonline.com\)](#)

Multisystemisk terapi- MST

MST är en intensiv familjebaserad öppenvårdsinsats för familjer med ungdomar 12–17 år med allvarliga sociala, emotionella eller utagerande problem. Insatsen syftar till att påverka de faktorer som antas bidra till den unges problem. Dessa faktorer kan finnas hos den unge själv, i familjen och på ungdomens och familjens sociala arenor. På längre sikt är syftet att minska och eliminera den unges problem. MST grundar sig på socialekologiska och familjesystemiska teorier samt forskning om risk- och skyddsfaktorer för antisocialt beteende hos ungdomar. Grundtanken är att behandlingen behöver påverka alla de sammanhang som den unge befinner sig i – familj, nätverk, kamratkrets och skola – för att åstadkomma en hållbar förändring. Insatsen genomförs av MST-team med tre till fyra terapeuter och en teamledare med samordnande behandlingsansvar. Varje terapeut arbetar med fyra till sex familjer. Behandlingen sker i allmänhet i familjernas hem eller närmiljö.

Programtyp

Insats/familjebehandling (indikerad prevention)

Programmiljö

Institutionsvård, socialtjänst m.m.

Målgrupp

Familjer med ungdomar (12–17 år) med allvarliga sociala, känslomässiga eller utåtagerande problem.

Effekt

Minskar beteendeproblem, återfall i brott, rymningar från hemmet, skolk, aggression, normbrytande beteenden, psykopatiska drag, samt ökad förbättrade familjerelationer och social kompetens⁴⁰.

- 2 utvärderingar hittade i Sverige⁴¹
- Blueprint nivå *Certifierad Modell +*

Programägare

I Sverige ges utbildning, handledning och fortbildning av MST-Sverige som i sin tur har samarbete med MST Services. www.mst-sverige.se

Mer information om programmet

[MST \(Multisystemisk terapi\) - Socialstyrelsen](#)

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

[MST Sverige](#)

⁴⁰ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

⁴¹ [Utvärdering av Multisystemisk terapi för ungdomar med allvarliga beteendeproblem – Resultat efter fem år - Socialstyrelsen](#)

Treatment Foster Care Oregon- TFCO

TFCO är en förstärkt familjehemsplacering som är ett alternativ till att placera barn och ungdomar med allvarliga beteendeproblem på institution. Insatsen är manualbaserad och kan beskrivas som en kombination av specialiserad fosterhemsplacering, individualterapi och familjeterapi. Ett behandlingsteam arbetar med fosterhemsföräldrarna, den unge, den biologiska familjen och med skolan. Teamet består av en samordnare, en ungdomsterapeut, en färdighetstränare och en familjeterapeut. Fosterhemsföräldrarna utbildas och ges veckovis handledning av samordnaren och har även möjlighet till rådgivning dygnet runt.

Programtyp

Insats (indikerad prevention)

Programmiljö

Familjehem

Målgrupp

Ungdomar (12–17 år) med allvarliga beteendeproblem

Effekt

Mindre fortsatt kriminalitet och färre placeringar på låst avdelning än när ungdomarna placeras på institution, färre kriminella kamrater, mindre användning av narkotika och bättre psykisk hälsa, än vid placering på institution⁴². Lägre grad av graviditeter, depressiva symptom och våldsbeteenden. Mer tid spenderat med familjemedlemmar och med läxor⁴³.

- Blueprint nivå *Certifierad Modell*
- Troligtvis mindre fortsatt kriminalitet och färre placeringar på låst avdelning jämfört med placering på institution. Möjligtvis färre kriminella kamrater, mindre användning av narkotika och bättre psykisk hälsa, än vid placering på institution enligt SBU⁴⁴

Programägare

Certifiering krävs för att få tillgång till manualen och för att få använda TFCO som behandlingsnamn. Humana har ensamrätt att utbilda och handleda i TFCO-metoden i Norden under certifieringsprocessen.

[TFCO – Treatment Foster Care Oregon \(humana.se\)](https://humana.se)

Mer information om programmet

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

[TFCO \(Treatment Foster Care Oregon\) - Socialstyrelsen](#)

[Behandlingsfamiljer för ungdomar med allvarliga beteendeproblem – Treatment Foster Care Oregon](#)

⁴² [Behandlingsfamiljer för ungdomar med allvarliga beteendeproblem – Treatment Foster Care Oregon](#)

⁴³ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

⁴⁴ [Behandlingsfamiljer för ungdomar med allvarliga beteendeproblem – Treatment Foster Care Oregon](#)

PCIT- Parent-Child Interaction Therapy

PCIT är en manualbaserad behandling för föräldrar eller andra omsorgspersoner (t.ex. familjehem) och barn (2–7 år) där antingen barnet har ett beteendeproblem eller föräldern har egna svårigheter som depression och eller våld i hemmet. Syftet med PCIT är att utveckla föräldrars färdigheter i att hjälpa barnet att hantera känslor och impulser samt att stärka deras relation. Behandlingen har två faser. Den första fasen handlar om att stärka relationen mellan barn och förälder. Den andra syftar till att föräldern ska utveckla sina färdigheter i att få barnet att följa uppmaningar och regler samt att hantera känslor och impulser.

Programtyp

Insats/familjebehandling (indikerad/selektiv prevention)

Programmiljö

Socialtjänst

Målgrupp

Föräldrar eller andra omsorgspersoner (t.ex. familjehem) och barn (2–7 år) där antingen barnet har ett beteendeproblem eller föräldern har egna svårigheter som depression och eller våld i hemmet. Fungerar även för föräldrar med annan etnisk bakgrund, lägre socioekonomisk status samt psykiatriska tillstånd eller skadligt bruk och beroende⁴⁵.

Effekt

Minskar beteendeproblem, hyperaktivitet och aggression hos barnet. Minskar föräldrarnas stress och stärker deras strategier för att hantera barnet. Minskat antal orosanmälningar⁴⁶. Minskad våld och försummelse av barn⁴⁷

- Blueprint nivå *Lovande*
- Våld och försummelse av barn upp till skolåldern kan minska. Kan leda till att barnens utagerande beteende minskar. Kan också förbättra samspelet mellan barn och föräldrar enligt SBU⁴⁸

Programägare

I Skandinavien finns en certifierad utbildare i Norge, [PCIT in Norway](#), som i samarbete med [Salus Care](#) ibland anordnar utbildningar i Sverige.

Mer information om programmet

[PCIT \(Parent-Child Interaction Therapy\) - Socialstyrelsen](#)

[Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

[Find a Provider — PCIT \(Parent-Child Interaction Therapy\) International](#)

[Öppenvårdsinsatser för familjer där barn utsätts för våld och försummelse](#)

⁴⁵ [Föräldraskapsstöd riktat till föräldrar med komplexa behov och svårigheter har en positiv effekt](#)

⁴⁶ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

⁴⁷ [Öppenvårdsinsatser för familjer där barn utsätts för våld och försummelse](#)

⁴⁸ [Öppenvårdsinsatser för familjer där barn utsätts för våld och försummelse](#)

Project support

Project Support är ett föräldrastödsprogram som genomförs i hemmet och syftar till att minska beteendeproblem hos barn som har upplevt våld i familjen. Syftet är att öka föräldrarnas förmåga att samspela och hantera konflikter med barnet och att minska barnets beteendeproblem och andra effekter av våld i familjen. Föräldern undervisas och tränas individuellt i hemmet i föräldrafärdigheter och uppfostringsmetoder. Det sker först genom rollspel, där föräldern och en behandlare växelvis tar barnets och föräldrarnas roller, och sedan genom att behandlaren vägleder föräldern i interaktioner med barnet. Slutligen utvärderas hur föräldern klarar att tillämpa färdigheten utan att behandlaren är närvarande.

Programtyp

Insats/familjebehandling (indikerad/selektiv prevention)

Programmiljö

Socialtjänst

Målgrupp

Föräldrar eller andra omsorgspersoner (t.ex. familjehem) och barn (2–7 år) där antingen barnet har ett beteendeproblem eller föräldern har egna svårigheter som depression och eller våld i hemmet. Fungerar även för föräldrar med annan etnisk bakgrund, lägre socioekonomisk status samt psykiatriska tillstånd eller skadligt bruk och beroende⁴⁹.

Effekt

Minskar beteendeproblem, hyperaktivitet och aggression hos barnet. Minskar föräldrarnas stress och stärker deras strategier för att hantera barnet. Minskade antal orosanmälningar⁵⁰. Minskar våld och försummelse av barn⁵¹

- Blueprint nivå *Lovande*
- Våld och försummelse av barn upp till skolåldern kan minska. Kan leda till att barnens utagerande beteende minskar. Kan också förbättra samspelet mellan barn och föräldrar enligt SBU⁵²

Programägare

I Skandinavien finns en certifierad utbildare i Norge, [PCIT in Norway](#), som i samarbete med [Salus Care](#) ibland anordnar utbildningar i Sverige.

Mer information om programmet

[Project Support - Socialstyrelsen](#)

[draxler.se](#)

[Öppenvårdsinsatser för familjer där barn utsätts för våld och försummelse](#)

⁴⁹ [Föräldraskapsstöd riktat till föräldrar med komplexa behov och svårigheter har en positiv effekt](#)

⁵⁰ [Blueprints Programs – Blueprints for Healthy Youth Development](#)

⁵¹ [Öppenvårdsinsatser för familjer där barn utsätts för våld och försummelse](#)

⁵² [Öppenvårdsinsatser för familjer där barn utsätts för våld och försummelse](#)

Insatser som ingår i Socialstyrelsens rekommendationer mot fortsatt normbrytande beteenden, men ej i Blueprint

Cope

COPE är ett manualbaserat program med syfte att stödja föräldrar till barn 3–12 år med någon form av utagerande beteende. Insatsen erbjuds i dag mer generellt till föräldrar med barn i åldrarna 3–12 år och som upplever behov av stöd i sitt föräldraskap. På så vis vill man få större möjlighet att nå dem som har ett stort behov av stöd än som ges genom riktade insatser. Insatsen bygger på social inlärningsteori, beteendeterapeutiska principer samt familjesystemsteori. I COPE-programmet arbetar man utifrån en storgruppsmodell med grupper som består av 25–30 föräldrar.

Programtyp

Insats (selektiv/indikerad prevention)

Programmiljö

Socialtjänst, primärvård och barnpsykiatri.

Målgrupp

Barn 3-12 år.

Effekt

- Utvärderad i Sverige men med oklar effekt och evidensgrad⁵³
- Ingår inte i Blueprint

Programägare

[Svenska COPE kursledarutbildningar](#)

Mer information om programmet

[COPE \(Community Parent Education\) - Socialstyrelsen](#)

⁵³ [Föräldrastödsprogram vid utagerande beteende hos barn: effekter och verksamma komponenter](#)

Komet 3–11 år

Komet är ett föräldrastödsprogram för föräldrar till barn 3–11 år med utagerande beteende, som upplever att de ofta hamnar i konflikt med sina barn. Målet med insatsen är att öka föräldrarnas och lärarnas positiva samspel med barnen och att förbättra deras förmåga att hantera vardagsproblem och konfliktsituationer. På så vis vill man minska risken för allvarigare beteendeproblem hos barnen på längre sikt.

Programtyp

Föräldrastöd (selektiv och indikerad prevention)

Programmiljö

Socialtjänst, barn- och ungdomspsykiatri (BUP) samt habiliteringscentrum.

Målgrupp

Föräldrar till barn 3–11 år som har mycket bråk och konflikter med sina barn.

Effekt

- Utvärderad i Sverige men med oklar effekt och evidensgrad⁵⁴
- Ingår inte i Blueprint

Programägare

Certifiering krävs. Utbildning ges av Karolinska Institutet och Stockholm stad:

[Utbildning av instruktörer och gruppledare i studien \(Karolinska institutet\)](#)

[Utbildningar till gruppledare, Stockholm stad.](#)

Mer information om programmet

<https://mfof.se/foraldraskapsstod/program-och-metoder-for-foraldraskapsstod---soksida/fss-program/2022-10-25-komet-3-11-ar.html>
[Komet – exempel - Socialstyrelsen](#)

⁵⁴ [Föräldrastödsprogram vid utagerande beteende hos barn: effekter och verksamma komponenter](#)

Brief Strategic Family Therapy (BSFT)

Brief Strategic Family Therapy (BSFT) är en manualbaserad metod för familjer med ungdomar 12–17 år som använder, missbrukar eller är beroende av alkohol eller narkotika eller har ett utåtagerande eller antisocialt beteende. Terapeuten iakttar familjens interaktion för att urskilja hur tonåringens problembeteenden upprätthålls av bland annat roller, regler, förväntningar, makthierarkier, emotionell närhet och distans, koalitioner och konflikthanteringsmetoder. Terapeuten motiverar också varje familjemedlem att fullfölja behandlingen.

Programtyp

Insats (selektiv/indikerad prevention)

Programmiljö

Behandlare i familjeterapi med KBT inriktning, med upparbetad samverkan med socialtjänst, rättsväsende och skola.

Målgrupp

Barn 12–17 år som använder, missbrukar eller är beroende av alkohol eller narkotika eller har ett utåtagerande eller antisocialt beteende.

Effekt

Minskning av normbrytande beteende, våldsbeteende och droganvändning hos barnen. Bättre familjefunktion⁵⁵.

- Ingår inte i Blueprint
- Inga utvärderingar hittade i Sverige

Programägare

Certifiering ges efter utbildning vid Brief Strategic Family Therapy™ (BSFT™) Institute i Miami, USA. Utbildningen förutsätter grundläggande kliniska färdigheter och grundläggande utbildning i familjesystemsteori. Intresserade kan vända sig till bsft@stockholm.se. Kontaktingång i Sverige är Framtid Stockholm, via Funktion.SOF.bsft@stockholm.se

Mer information om programmet

[BSFT \(Brief Strategic Family Therapy\) - Socialstyrelsen](#)
[Differentia Family / BSFT Sverige](#)

⁵⁵ [BSFT | Differentia Family / BSFT Sverige](#)

Multidimensionell familjeterapi (MDFT)

MDFT är en familjebaserad terapimetod för ungdomar 12–17 år med substansbruk, missbruk eller beroende samt utåtagerande och antisociala problem. MDFT är en manualbaserad intervention. Utgångspunkten är att ungdomars alkohol- eller drogbruk är ett multidimensionellt fenomen. Metoden fokuserar på risk- och skyddsfaktorer i fyra dimensioner/behandlingsdomäner utifrån den risk- och skyddsprofil som tagits fram för familjen.

Programtyp

Insats (selektiv/indikerad prevention)

Programmiljö

Aktörer som tillhandahåller familjeterapi, t.ex. socialtjänst

Målgrupp

Ungdomar under 18 år som använder, missbrukar eller är beroende av alkohol eller narkotika.

Effekt

Minskat alkohol- och drogbruk⁵⁶.

- Ingår inte i Blueprint
- Inga utvärderingar hittade i Sverige

Programägare

[MultiDimensional Family Therapy \(mdft.org\)](https://mdft.org)

Mer information om programmet

[MDFT \(MultiDimensional Family Therapy\) - Socialstyrelsen](#)

[MDFT Sverige – – FöräldraCentrum](#)

⁵⁶ [MDFT \(MultiDimensional Family Therapy\) - Socialstyrelsen](#)

Källor

Socialstyrelsen

[Insatser för att motverka fortsatt normbrytande beteende och återfall i brott](#)

[Exempel på metoder för att förebygga normbrytande beteende och brott - Socialstyrelsen](#)

[Rekommenderade insatser - Kunskapsguiden](#)

SBU

[Insatser, åtgärder och metoder för att förebygga brottslighet kopplad till kriminella nätverk](#)

[Insatser inom socialtjänsten med vetenskapligt stöd](#)

[Föräldraskapsstöd riktat till föräldrar med komplexa behov och svårigheter har en positiv effekt](#)

[Risk- och behovsbedömning av ungdomar avseende återfall i våld och annan kriminalitet](#)

[Öppenvårdsinsatser för familjer där barn utsätts för våld och försummelse](#)

[Behandlingsfamiljer för ungdomar med allvarliga beteendeproblem – Treatment Foster Care Oregon](#)

[Våld i ungas nära relationer – förebyggande åtgärder](#)

[Nationella kunskapssammanställningar om metoder och insatser för att förebygga ungdomskriminalitet](#)

[Förstudie: Implementering av nationella hälsoprogrammet för barn och unga](#)

Övriga källor

[Blueprints for Healthy Youth Development – Committed to Healthy Youth, Families and Communities](#)

[Program och metoder för föräldraskapsstöd - söksida \(mfof.se\)](#)

[Microsoft Word - Våldsprevention slutrapport.docx](#)

<https://stad.org/sv>

<https://www.lansstyrelsen.se/stockholm/samhalle/social-hallbarhet/preventionspaketet.html>