

FØLELSESEKONTROLLERINGSFORSTYRRELSE

Fra engelsk, Disruptive Mood Dysregulation Disorder (DMDD)

Alle barn blir irriterte og sinte. Det er helt normalt. Noen barn opplever imidlertid unormalt, langvarig irritabelt humør og voldsomme sinneutbrudd mye oftere enn andre barn på samme alder. Da kan barnet ha følelsekontrolleringsforstyrrelse og ha behov for hjelp.

Hva er følelsekontrolleringsforstyrrelse?

Følelsekontrolleringsforstyrrelse er en tilstand hvor barn eller ungdom opplever vedvarende irritabilitet og hyppige, intense sinneutbrudd. Som en følge opplever barna betydelige vansker hjemme, på skolen eller på fritiden.

Følelsekontrolleringsforstyrrelse er en ny diagnose. Barn og ungdom kan ha effekt av eksisterende behandlingstyper som kognitiv terapi og dialektisk atferdsterapi for barn. Forskere og klinikere jobber aktivt med å videreutvikle spesifikk behandling.

Hvis du tror barnet ditt kan ha følelsekontrolleringsforstyrrelse er det viktig at du oppsøker hjelp til diagnostisering og behandling hos psykolog eller lege.



Foto av «Sinnataggen» i Vigelandsparken.

Tegn og symptomer

Barn eller ungdom med følelsekontrolleringsforstyrrelse opplever:

- Kraftige sinneutbrudd (verbale og/eller fysiske) tre eller flere ganger i uken
- Sinneutbruddene står ikke i forhold til situasjonen
- Irritabilitet mesteparten av dagen, nesten hver dag
- Sinneutbruddene og irritabiliteten har vart i minst 12 måneder uten at dette har vært fraværende i mer enn 3 måneder
- Problemer med å fungere i hverdagen på grunn av irritabilitet og sinne, og som er tilstede på mer enn én arena (hjemme, skole, fritid)

Diagnosen kan ikke stilles før barnet er 6 år eller hos ungdom over 18 år. Symptomene oppstår ofte før barnet er 10 år.

Visste du at?



Etter hvert som barnet blir eldre og utvikler seg kan symptomene endres. For eksempel kan barnet oppleve færre sinneutbrudd, men i stedet oppleve symptomer på depresjon eller angstlidelse.

På norsk kalles følelsekontrolleringsforstyrrelse også for *Alvorlig emosjonell dysregulering*.

DMDD ble innført i 2013 som en diagnose av American Psychiatric Association i diagnosemanualen DSM-5. I 2019 innførte Verdens helseorganisasjon (WHO) diagnosen *Opposisjonell lidelse med kronisk irritabilitet-sinne* i diagnosemanualen ICD-11 for barn med tilsvarende vansker.