



Bra effekt av datoriserad behandling

På Barnneuropsykiatriska kliniken i Göteborg pågår en studie av ReMemo och chattbehandling. Elisabeth Wentz, psykiater på kliniken, är positivt överraskad av de goda effekterna.

Barnneuropsykiatriska kliniken har utrett 35 personer mellan 16 och 26 år. Många deltagare har kommit via Socialtjänsten som i årtal kan ha tyckt att en person borde utredas för sina svårigheter. Men det har inte funnits någon att remittera till, eftersom köerna till utredning har varit hopplöst långa. Dessutom kan det vara svårt att mobilisera dessa unga, även om de säger att de är intresserade.

– Det ser vi också när vi vill studera effekten av ReMemo, säger **Elisabet Wentz**. Det är vuxenversionen av den numera ganska vanliga arbetsminnesträningen för barn som heter RoboMemo. ReMemo kräver 45 minuter per dag fem dagar i veckan under fem veckor. Har vi väl fått gång träningen verkar effekten vara god, men det är svårt att få dessa unga att ställa upp på ett så regelbundet och intensivt arbete. Till och med på skolan där ReMemo kan inkluderas i schemat för eleverna är det svårt att få dem att ställa upp. Fem veckor kan te sig som en evighet för många, men vi räknar med att få med 40 vuxna i vår studie så småningom.

Peter, 24 år, tycker att han har haft tur som kom med i projektet. Han har fått en utredning som lett till diagnosen ADHD, han har fått chans att gå igenom ReMemo som har hjälpt honom mycket, och han får coaching via chatt två gånger i veckan. Det var en slump att han fick reda på att BNK i Göteborg tog emot unga vuxna, och det blev början till en vändpunkt i hans liv. Dessförinnan hade han hamnat i dataspelsberoende, 24 timmar av hans 36-timmarsdygn som han säger. Det var ett repetitivt rollspel som fungerade som knark för honom.

– Så här i efterhand kan jag inte begripa hur jag kunde ägna mig åt det, en total verklighetsflykt. Jag bara sket i allt – mina tidigare sporter, räkningar, framtid, kompisar. En del vänner hade flyttat, en tidigare flickvän likaså, mina föräldrar bodde långt borta. Kurserna på universitetet verkade överstiga min förmåga, trots att jag alltid haft lätt för mig. Jag orkade bara inte. Det enda positiva jag har kvar från den där tiden är konsten att leva på nästan ingenting.

Men nu är Peter i full gång med sin utbildning. Han ska bli speciallärare, är kritisk mot lärarutbildningen men lycklig över praktiken. På chatten med sin coach kan han resonera om studierna, om medicineringen, långsiktiga planer och små dagliga svårigheter. Det ska pågå i åtta veckor.

Hinner reflektera

– Många kan tro att det är något mekaniskt över en datoriserad behandling, säger Peter. Men jag tror att den leder mera framåt än mycket annat. När man träffar någon personligen blir det lätt en enda känsla som präglar hela samtalet; här hinner man reflektera mycket mer. När jag skriver ner vad jag tänker, så ser jag det klarare, och kan utveckla tankegången vartefter. En annan fördel är att man har kvar samtalet i datorn, så jag kan gå tillbaka och fundera över hur jag tänkte och hur min coach reagerade. Också Elisabet Wentz säger att hon och de andra som arbetar med studien av chattbehandlingen är positivt överraskade.

Lättare framför en dator

– Vi startade den eftersom det är en naturlig kommunikationsväg för många unga, men också därför att personer med de här funktionshindren kan ha svårt att komma iväg till en kontinuerlig behandling. I sin dator kan de skriva om problem när de kommer på det, och sen dra upp det i chatsamtalet. Speciellt för personer med autismspektrumstörning är det mindre påfrestande att berätta om sina funderingar och känslor framför en dator än att sitta ansikte mot ansikte med en annan människa. Men naturligtvis passar den här behandlingen inte alla.

V.B