

Sitemap | Anpassa |

Nordens Vårdscenter 

Hem | Vårdscenter | Arbetsinkludering | Social service | Handikappfrågor | Dövsblindepersonale | Alkohol- och drogforskning | Vårdsmodellen

Om Nordens Vårdscenter | Nyhetsbrev | Abonnera | Nyheter | Kalender | Kontakt | In English

### Nyhetsbrev

#### Nordic Welfare nr 2, 2010

LEDARE: Tone Mørk

GÄSTSKRIBENT: Anette R Jørgensen

#### Mobil ger stöd i vardagen

Kulturarvet

Nordic Welfare nr 1, 2010

Nordic Welfare nr 4, 2009

Nordic Welfare nr 3, 2009

Nordic Welfare nr 2, 2009

Nordic Welfare nr 1, 2009

Abonnera



## Mobil ger stöd i vardagen

**En vanlig mobiltelefon kan hjälpa personer med ADHD och Asberger att få bättre kontroll över sin vardag. Mobilen fungerar dels som en påminnare med kalenderfunktion, dels som ett arkiv över möjliga handlingsalternativ när något inträffar som är oväntat och stressande. Nordens Vårdscenter finansierar ett projekt för att sammanställa nordiska erfarenheter av metoden.**

- Karakteristiskt för personer med ADHD och Asberger har svårt att förutse vad som ska ske härnäst eller blir stressade om något inträffar som stör planeringen, säger *Gunnar Michelsen* (bilden), projektledare. Man kan lägga in individuell information i mobilen som underlättar vardagen för individen.

En skolelev kan via mobilens kalenderfunktion få information om vilket klassrum han ska gå till för nästa lektion, vägen till klassrummet samt namnet och bilden på läraren. Den typen av information kan täcka hela dagen och skapar en tryggare vardag.

Men mobilen kan laddas med mer information än så.

- Personer med ADHD och Asperger blir ofta stressade av oförutsedda händelser, världen ter sig skrämmande och en del till synes enkla hinder kan kännas överstigliga och skapa ångslan, säger Gunnar Michelsen. Även här kan mobiltelefonen bli till hjälp.

### Arkiv i mobilen motverkar oro

En försenad buss kan var en sådan oförutsedd och obehaglig händelse. Mobiltelefonen kan laddas med ett arkiv över den typen av stressmoment och föreslå alternativa handlingsvägar: Om bussen är försenad, vänta fem minuter vid busshållplatsen. Om bussen fortfarande inte har kommit efter fem minuter, gå tillbaka hem.

- Det fina med den här teknologin är att den visserligen är avancerad men samtidigt känd, säger Gunnar Michelsen. Det har blivit möjligt främst tack vare utvecklingen av mobiler för businessfolk – de avancerade modellerna fungerar utmärkt som plattformar för att ge kognitivt stöd.

Ungdomar som har prövat metoden upplever inte att de blir speciella, mobiltelefonerna stigmatiserar dem inte, tvärtom. De få studier som har gjorts visar att ungdomarna gärna vill lära sig att använda avancerad mobiltefonteknologi i vardagen. Ungdomarna upplever att de har mer kontroll över sitt liv och mindre stress i vardagen.

- Man ska vara klar över att den här teknologin hjälper till med enkla saker, säger Gunnar Michelsen. De svåra, med social kontakt, vänskap, anpassning och social acceptans löser man inte med så enkla metoder, även om det kan vara fräckt att ha den senaste teknologin och de andra eleverna visar lite större intresse för kontakt.

### OM PROJEKTET:

Syftet med projektet är att sammanställa de nordiska erfarenheter som finns, inte att i det här skedet utveckla något nytt. Under vintern och våren 2010 genomförs en videokurs på distans. Deltagarna kan följa kursen från studior i Stockholm, Köpenhamn, Mariehamn, Reykjavik och Oslo eller via Internet. Kursen läggs textad ut på internet och kan då användas även i efterhand. Kursen kommer att kunna nås via Nordens Vårdscenters hemsida, [www.nordicwelfare.org](http://www.nordicwelfare.org) - Vi planerar även för ett mindre symposium under hösten 2010, säger Gunnar Michelsen. Det kommer att handla om hur man konkret organiserar detta hjälpmedel.

[Klicka här](#) för mer information om projektet

[Klicka här](#) för mer information om videoföreläsningarna