

# Taitavan ajattelun ryhmä – Tietokoneavusteinen kognitiivinen kuntoutus -pilottihanke



Salmijärvi Laura, Nokio Hanna, Konttinen Petra  
HYKS, Psykiatrian tulosyksikkö, Varhaispsykoosikeskus  
Yhteyshenkilö: laura.salmijarvi@hus.fi

Taitavan ajattelun ryhmä perustuu NEAR-malliin (Neuropsychological Educational Approach to Cognitive Remediation). NEAR on näyttöön perustuva kognitiivisen remediaation ryhmäkuntoutusmalli.

## Tausta

NEAR-malliin tutustuttiin New Yorkissa Kognitiivisen remediaation konferenssissa ja klinikkavierailulla sekä perehtymällä kirjaan Medalia, A., Revheim, N., & Herlands, T. (2009) Cognitive Remediation for Psychological Disorders. Therapist Guide. Pilottiryhmä toteutettiin Varhaispsykoosikeskuksessa keväällä 2015. Käytössä oli kuudella tietokoneella varustettu ryhmätila. Ohjaajilla oli CognAidin koulutus Cogmed ja RehaCom -menetelmiin.

## Tavoitteet

Pilottiryhmähankkeen tavoitteena oli näyttöön perustuvan hoidon implementointi varhaispsykoosin hoidossa.

Sisällöllisinä tavoitteina olivat osallistuvien potilaiden:

1. Neurokognitiivisen toimintakyvyn kohentuminen
2. Myönteisen oppimiskokemuksen saaminen
3. Itsenäisen oppimisen kykyjen vahvistuminen
4. Positiivisen oppimiskäsityksen löytäminen
5. Oman oppimistyylin tiedostaminen
6. Itsetunnon vahvistuminen oppijana
7. Sosiaalisen kontekstin hyödyntäminen oppimisessa
8. Käytännön toimintakyvyn paraneminen arjessa

## Toteutus

Ryhmäläisten rekrytoinnissa keskeistä oli hoitoryhmien informointi ja yhteistyö.

### Valintakriteerit:

- pystyy ryhmämuotoiseen hoitoon
- oirekuva stabiili
- motivaatio

### Ryhmä:

- 20 - 30 -vuotiaita opiskelijoita
- hoito oli alkanut 6-12 kuukautta sitten
- psykoosiryhmän diagnoosi
- kaikille tehty psykologin kognitiivinen tutkimus viimeisen vuoden aikana

Ennen ryhmän alkua kullekin ryhmäläiselle tehtiin yksilöllinen alkuarviointi:

1. Tietokonetesti CNS-VS (visuaalinen ja kielellinen työmuisti, prosessointinopeus, tarkkaavuuden siirtäminen ja pitkäkestoinen keskittyminen)
2. Kognitioiden itsearvio
3. Kuntoutusmenetelmien kokeilu
4. Yksilöllisen treniohjelman valinta

Pilotti toteutettiin 10 kerran versiona. Ryhmä kokoontui kahdesti viikossa 1.5 tuntia kerrallaan. Ryhmäistunto jakautui kahteen osioon, joissa

1. ryhmäläiset työskentelivät itsenäisesti työasemillaan
2. keskusteltiin työskentelystä ja oppimisesta, tavoitteena opitun siirtyminen ryhmäläisten arkeen (bridging).

Ryhmän loputtua tehtiin yksilölliset loppuarvioinnit. Ryhmäläisiltä kerättiin palaute ja jatkokuntoutuksen mahdollista tarvetta arvioitiin yhdessä hoitoryhmien kanssa.

## Tulokset

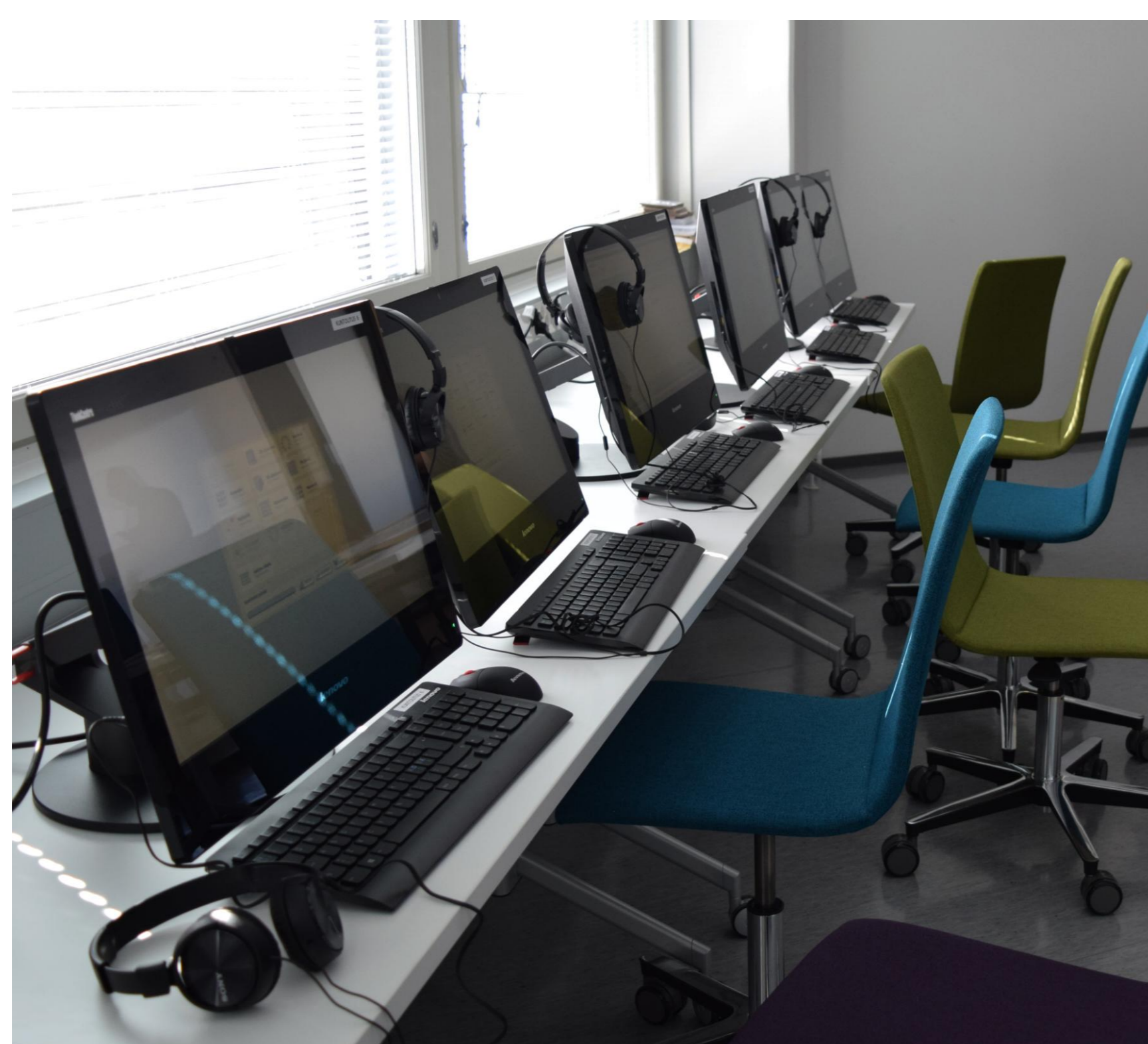
Pilottiryhmä onnistui kokonaisuudessaan erittäin hyvin. Ryhmäläiset olivat sitoutuneita ja poissaoloja ei ollut. Tietokone työskentelyssä osalla ryhmäläisistä tapahtui selvää suoritustason nousua. Muutama ryhmäläinen motivoitui hankkimaan vastaavia menetelmiä kotikäyttöön. Cogmedin käyttöä haluttiin jatkaa kotilisenssin avulla ryhmän loputtua. Pilottiryhmän lyhyden vuoksi ei oletettu, että treni-vaikutukset olisivat suuria.

Pääpaino oli ryhmäläisiltä saadulla laadullisella palautteella:

- luottamuksellinen ilmapiiri
- suurin anti oli sosiaalinen puoli
- pääsi jakamaan omia ajatuksia
- aiheet olivat sellaisia, mitä ei ole muualla tullut vastaan
- omista pulmista lähtevät keskustelut olivat antoisia
- muilta ryhmäläisiltä saatu tuki oli merkityksellistä
- toisten vaikeuksista kuuleminen auttoi
- ryhmä antoi sisältöä päivittäin
- arjessa oli helpompi keskittyä
- rutiinomainen työskentely rentoutti

## Tulevaisuus

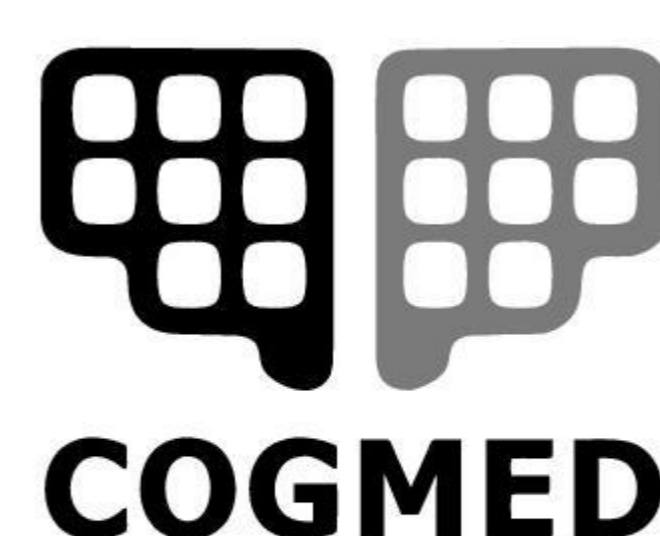
Pilottihankkeen perusteella toimintaa on perusteltua jatkaa. Syksyllä 2015 toteutuu laajempi 20 kerran ryhmä. Tuloksellisuuden arviointi jatkuu.



Kuva: Jukka Anto



Kuva: Jukka Anto



Working Memory Training

