

Brukertestning



Hvordan formidle vonde tanker og følelser, når ordene mangler?

- Flere av de tiltenkte brukerne har testet iSpe: Barn og ungdom, personer med lærevansker eller autisme og eldre mennesker.
- Applikasjonen hjelper mennesker med og uten kommunikasjonsvansker i alderen 8 til 70 år, til å forstå og formidle komplekse følelsesmessige begreper og tanker, som for eksempel deprimert humør, selvtillit, verdiløshet og skyld, tretthet og tanker om døden eller selvmord.
- Flere brukere forteller at de foretrekker å svare på spørsmål om vonde følelser og tanker gjennom applikasjonen heller enn i samtale med behandler. De begrunner det med at det er vanskelig å finne ord for følelser og tanker i en samtale. Det er så mye annet å forholde seg til.
- Å formidle tanker og følelser gjennom applikasjonen gjør det lettere å snakke om, enten i løpet av undersøkelsen eller senere. Filmene kan brukes som et middel for å oppnå samtale med brukeren.

Kasuistikk¹

«Henri» har time hos poliklinikken etter en periode hvor han ikke kommer seg på arbeid. Han er også mindre ute med venner. Når han er i baskethallen er han stille. Vennene hans spør om han ikke har det greit. Da svarer han «vet ikke». Han er 25 år gammel, jobber fire dager i uken og har en dag hjemme til husarbeid og handling. Han får hjelp av miljøarbeider i kommunen noen dager i uken.

«Henri» har generelle lærevansker. I den innledende samtalen med psykolog har «Henri» problemer med å fortelle hvordan han har det. Det går bedre når han blir spurt om konkrete ting, som hvor ofte han ser venner og familie og hva han gjør på fritiden. Tanker og følelser derimot, er det svært vanskelig å sette ord på.

Når «Henri» får nettbrettet går undersøkelsen av seg selv. Han får se en film om depresjon og kjenner seg igjen. Gjennom undersøkelsen formidler han at han har vært trist i flere måneder og har ofte dårlig humør. Dette har de som kjenner ham også fortalt. Skyldfølelsen, selvbredelsen og at han har selvmordstanker var det ingen som hadde sett.

«Henri» ble diagnostisert med moderat depresjon. Det terapeutiske opplegget til «Henri» besto av psykoedukasjon og mestringsorienterte aktiviteter. Det ble etablert samarbeid med foreldre, nærpersioner i det kommunale tjenesteapparatet og arbeidsgiver, med veiledning fra psykolog i poliklinikken. Rekartlegging med verktøyet etter 6 ukers behandling viste fremgang for «Henri», blant annet hadde han ikke lenger selvmordstanker og han hadde begynt på arbeid.»

¹ Bygger på personen Henri Vende som er utviklet i samarbeid med Helse Vest IKT og dokumentert på helsetanken.no.