

## Effektiv ADHD-sommarleir

Tyske forskarar sendte born med ADHD på sommarleir, med godt resultat.

Psykologen Wolf-Dieter Gerber ved Universitetet i Kiel sendte atten born på mellom ni og sytten år (alle diagnostiserte med ADHD og medisinererte med Ritalin) på ein tolv dagars leirskule. Her tok borna del i sosial treningsleik, oppøving av merksemd, og idrettsaktivitetar. I tillegg blei det praktisert «response cost token-based behaviour training» – det vil seia at borna tente eller tapte polettar alt etter om dei følgde eller braut leirreglementet. Kvar kveld blei det utropt ein vinnar, og etter endt leir kunne dei byta polettane inn i premiar.

Ei kontrollgruppe, med 19 andre born med tilsvarende alder (også medisinererte for ADHD), fekk ikkje dra på leir. Derimot fekk foreldra deira ein halvannan times kurs om mellom anna bruk av polett-strategi heime.

Eit kjenneteikn på ADHD er svært varierende reaksjonstider ved nevropsykologisk testing, noko som tyder på redusert sjølvkontroll. Seks månader seinare blei borna testa for dette, og resultata blei samanlikna med data frå før intervensjonane. Bare ungane som hadde vore på leir, viste jamnare reaksjonstider. Denne gruppa viste også betring i selektiv merksemd og vedvarande merksemd og evna til å integrera informasjon.

Kjelde: Gerber, W. et al. (2012). The impact of a multimodal Summer Camp Training on neuropsychological functioning in children and adolescents with ADHD: An exploratory study. *Child Neuropsychology*, 18 (3), 242–255.