

Studie: Neurofeedback und computergestütztes kognitives Training bei ADHS



Liebe Eltern, liebe Kinder und Jugendliche,

Wir führen derzeit am KJPD eine Trainingsstudie für Kinder und Jugendliche mit Aufmerksamkeits-Defizit/Hyperaktivitätsstörung (ADHS/ADS) durch. Dafür gibt es Trainingsplätze zu vergeben.

Worum geht es?

Wir vergleichen die Wirksamkeit von zwei Therapiemethoden für ADHS:

1) Beim **Neurofeedback-Training** werden Hirnströme mit Elektroden gemessen, die auf dem Kopf aufgeklebt werden. Die gemessenen Hirnströme werden in Bildsignale umgewandelt und dem Teilnehmer rückgemeldet. Über diese Rückmeldung kann man lernen, ein PC-Spiel zu steuern: Verändern sich die Hirnströme, passiert auch etwas auf dem Bildschirm. Ziel ist dabei das Erlernen von Kontrolle über Hirnaktivität und eine verbesserte Aufmerksamkeit.

2) Beim **computergestützten kognitiven Training** werden Leistungen wie Daueraufmerksamkeit oder „mehrere Sachen gleichzeitig machen können“ direkt in Übungsaufgaben trainiert. Wir verwenden dafür von Neuropsychologen entwickelte Therapieprogramme, die für jeden Teilnehmer zusammengestellt werden. Auch beim kognitiven Training ist das Ziel, die Aufmerksamkeit ganz bewusst steuern zu lernen und die Leistungen zu verbessern.

Bei jedem Teilnehmer wird ausgelost, an welcher der beiden Trainingsmethoden er/sie teilnimmt.

Wer kann teilnehmen?

Teilnehmen können Kinder und Jugendliche im Alter von 8 ½ bis 16 Jahren mit ADHS oder ADS (d.h. „Zappelphilipp“ oder „Träumer“), die eine Regelschule besuchen. Die Diagnose wird von uns vor Trainingsbeginn in jedem Fall überprüft. Ausgeschlossen von der Studie sind Kinder/Jugendliche, bei denen neben ADHS eigentlich andere Probleme im Vordergrund stehen (z.B. eine ausgeprägte Lernbehinderung, eine Störung des Sozialverhaltens, eine neurologische Störung wie Tics, Epilepsie, Migräne). Kinder und deren Eltern sollten ausreichend gut Deutsch sprechen (z.B. um Fragebögen ausfüllen zu können).

Was ist mit Medikamenten?

Auch mit Stimulanzien (z.B. Ritalin) ist eine Teilnahme möglich, allerdings: seit mindestens 3 Monaten sollte die Dosis konstant sein und sie sollte während der gesamten Trainingsteilnahme nicht verändert werden. Und: Auch mit Stimulanzien sollten noch ADHS-Symptome vorhanden sein. Lediglich für die Vor- und Nachuntersuchungen müssen die Stimulanzien abgesetzt werden.

Wo wird trainiert?

Falls eine Zusammenarbeit mit der Schule möglich ist und sich genügend Teilnehmer finden, kann das gesamte Training in den Räumen der Schule absolviert werden (in Absprache mit Lehrern während Hausarbeitszeiten, während des Unterrichts, während Pausen oder Randzeiten). Auch Vor- und Nachtests finden dann in der Schule statt.

In allen anderen Fällen findet das Training und Vor- und Nachuntersuchungen im Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst (KJPD) in Zürich statt (Zweigstelle Eisengasse 16, nahe Stadelhofen). Nach Absprache und bei genügend Teilnehmern kann eventuell auch in Regionalstellen trainiert werden.

Umfang und Dauer der Studienteilnahme

Ein Trainingskurs umfasst 25 bis 30 Lektionen (à 45 Min oder 15 Doppellektionen à 90 Min mit Pause) über einen Zeitraum von 3 Monaten.

Für Kinder, die in Schulen trainieren, bedeutet das etwa 2 bis 3 Trainingssitzungen pro Woche.

Kinder und Jugendliche, die im KJPD trainieren, starten möglichst als **zweiwöchiger Ferienkurs** mit täglichem Training, und fahren später mit etwa 1 bis 2 Sitzungen pro Woche fort.

Drei Monate vor Beginn des Trainings (= Voruntersuchung 1), direkt **bei Beginn** des Trainings (= Voruntersuchung 2) und **nach** dem Training (= Nachuntersuchung) werden neuropsychologische Tests (2 bis 2 ½ Std.) und EEG (Elektroenzephalogramm)-Untersuchungen (ca. 1 ½ Std.) durchgeführt. Der Vorlauf von etwa drei Monaten vor Trainingsbeginn ist für uns wichtig, um die Stabilität der Symptome zu prüfen.

Eltern, Lehrer und Kinder füllen jeweils Fragebögen aus. Ausserdem möchten wir vor und nach dem Trainingskurs an einer Unterrichtsstunde teilnehmen.

Wie läuft das Training ab?

Die Trainingsmethoden ähneln Computerspielen, was für viele Kinder- und Jugendliche motivierend ist. Darüber hinaus gibt es für gute Leistungen Punkte, die man später in kleine Geschenke (bei Jugendlichen Gutscheine) umtauschen kann. Aber das Training fordert auch vollen Einsatz, vor allem wenn das Gelernte im Alltag angewandt werden soll. Unsere Trainer/innen helfen dabei.

Ziele der Studie

Wir möchten untersuchen 1) welche Therapiemethode bei welchen ADHS-Patienten besser wirkt, 2) ob es „spezifische“ Effekte gibt, d.h. ob sich die beiden Methoden unterschiedlich auswirken, 3) ob es einen Unterschied macht, ob Kinder im KJPD trainiert werden oder in der Schule

Kosten

Die Teilnahme an der Studie ist kostenlos.

Wenn Sie sich für die Studienteilnahme interessieren:

Kontakt und weitere Informationen bei

Email: Training.ADHS@gmail.com

oder

*Agnieska Zuberer, lic phil., Psychologin, Tel. 043 556 4051,
PD Dr. phil. Renate Drechsler, Projektleitung, Tel. 043 556 4050*

*Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst des Kantons Zürich (KJPD),
Universitätsklinik
Postanschrift: Neumünsterallee 3-9, 8032 Zürich
Büros: Eisengasse 16, 8008 Zürich*

Die Studie wurde von der Ethikkommission des Kantons Zürich bewilligt und wird vom Schweizerischen Nationalfonds (SNF) gefördert. Für medizinische Fragen ausserhalb der Studie ist Ihr behandelnder Arzt zuständig.