

LEKFULLHET, SPEL OCH MOTIVATION FÖR EFFEKTIVARE

REHAB

En stor del av vården idag utgörs av rehabilitering i hemmet, vilket innebär ett stort ansvar för den enskilde individen eftersom rehabiliteringen behöver utföras på egen hand. Tyvärr genomför många inte sina träningsprogram fullt ut, vilket leder till längre sjukperioder och högre kostnader för både samhället och individen. Vi använder kunskap från spel för att göra rehabiliteringen roligare och för att ge tydligare feedback på framsteg.

Även om det kan verka underligt vid första tanken att individer inte skulle vara motiverade till rehabilitering, så är detta oftast den primära orsaken till att rehabilitering avstannar. Enskilda patienter har ofta svårt att upprätthålla träningsprogram i hemmiljöer på grund av att förbättringar sker för långsamt för att vara tydligt urskiljbara, samt att personen ofta kan vara trött, nedstämd – kanske till och med deprimerad – samt ha försämrade sociala kontakter.

SPEL ÖKAR MOTIVATIONEN

Spel är byggda för att utmana, uppmuntra till upprepade försök, ge tydlig och kontinuerlig feedback samt belöna framgångar över tid. Genom detta har de stor potential ▼



att motivera människor överlag och detta har identifierats som en möjlighet för att hjälpa människor att behålla motivationen även när det gäller andra aktiviteter, som till exempel rehabilitering. Med hjälp av ny teknik kan vi mäta och åskådliggöra framsteg i träningen för både patient och vårdpersonal, samt anpassa spelutmaningen efter individuella preferenser.

FÖRDELAR MED GAMIFICATION:

- **Trendigt:** spel inom motion och träning, i form av till exempel sportsimulatorer och löpningsappar, är redan idag mycket populärt.
- **Sparar kostnader:** spel som rehabiliteringsverktyg kan spara på kostnader för såväl individen som samhället, till exempel tack vare färre eller kortare sjukskrivningar.
- **Ökar livsglädjen:** spel i olika former kan ha en oerhört positiv effekt på livsglädjen och motivationen hos enskilda individer.
- **Individanpassat:** spel kan alltid anpassas utefter varje patients unika behov och förutsättningar, både rent fysiskt, såväl som psykologiskt för att stimulera och motivera.
- **Skadeförebyggande:** spel kan med fördel användas inom friskvård/företagshälsövård för motion och skadeförebyggande arbete.



AmazeThing, en balansbräda för träning kopplad till ett uppskalat labyrintspel. Genom att ändra kroppshållningen och balansera på plattan så styr man bollen i spelet.

Swedish ICT är en grupp av världsledande forskningsinstitut inom Informations- och kommunikationsteknik (ICT). Vår roll är att driva och möjliggöra innovation genom att omsätta forskningsresultat till nya produkter, processer, metoder och tjänster. Vi erbjuder både specifik expertis och gränsöverskridande lösningar baserat på ICT; från sensorer och aktuatorer, kommunikation och dataanalys till visualisering, interaktionsdesign och tjänsteutveckling. Swedish ICT är en non profit organisation och ägs till 60 procent av svenska staten genom RISE. Koncernen har ca 400 medarbetare med verksamhet i Eskilstuna, Göteborg, Hudiksvall, Karlstad, Kista, Linköping, Lund, Norrköping, Piteå, Umeå, Uppsala och Västerås.

Kontakt

Peter Ljungstrand, Studio Director,
Interactive Insitute Swedish ICT,
Email: peterlju@tii.se,
Tel: 0702 88 97 59, Web: www.tii.se

Per-Olof Sjöberg, Affärsområdeschef och
forskare inom e-hälsa på Swedish ICT,
Email: per-olof.sjoberg@swedishict.se,
Tel: 0705 19 04 91, Web: www.swedishict.se

