



ARBEIDOGHELSE.NO

Nasjonalt kompetansesenter for arbeidsrettet  
rehabilitering

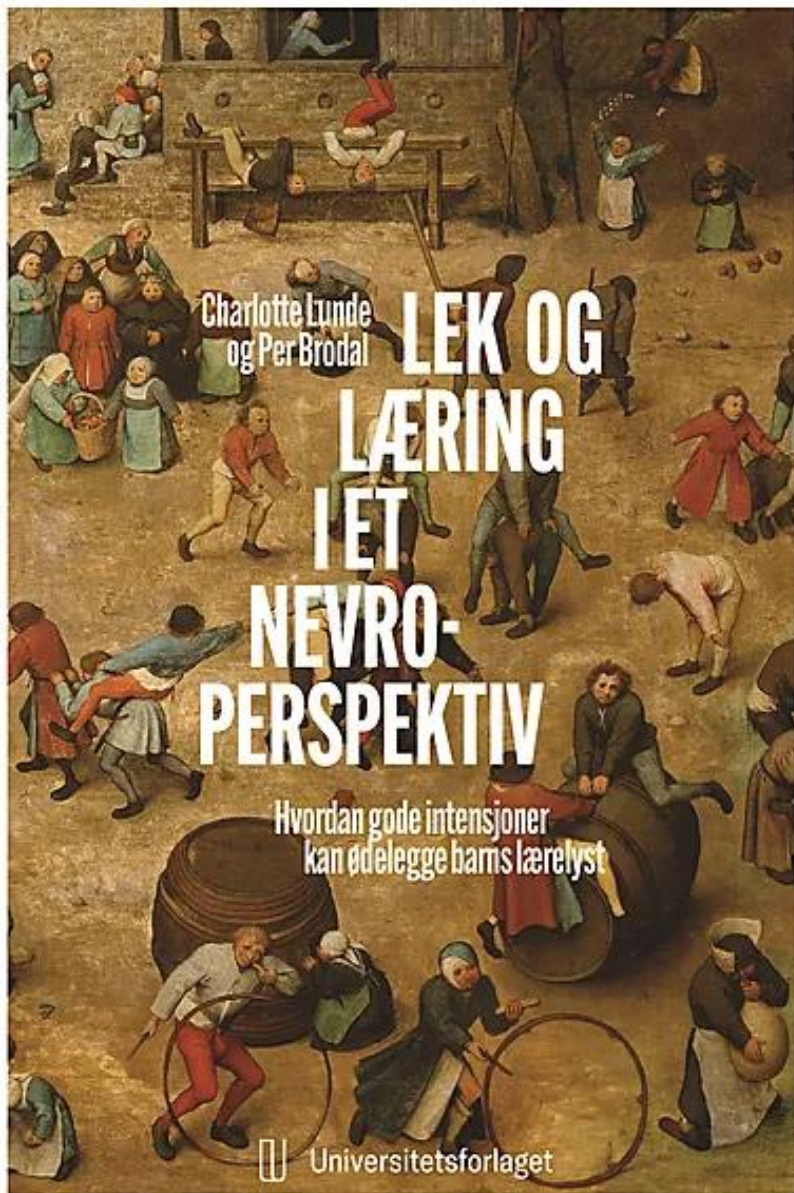


# Arbeidsretta rehabilitering som tiltak mot angst, depresjon og fastlåste tankemønstre og bruk av VR i arbeidsretta rehabilitering

Thomas Johansen, forsker, Rehab-2024, Trondheim

22. januar 2024

---



Charlotte Lunde  
og Per Brodal

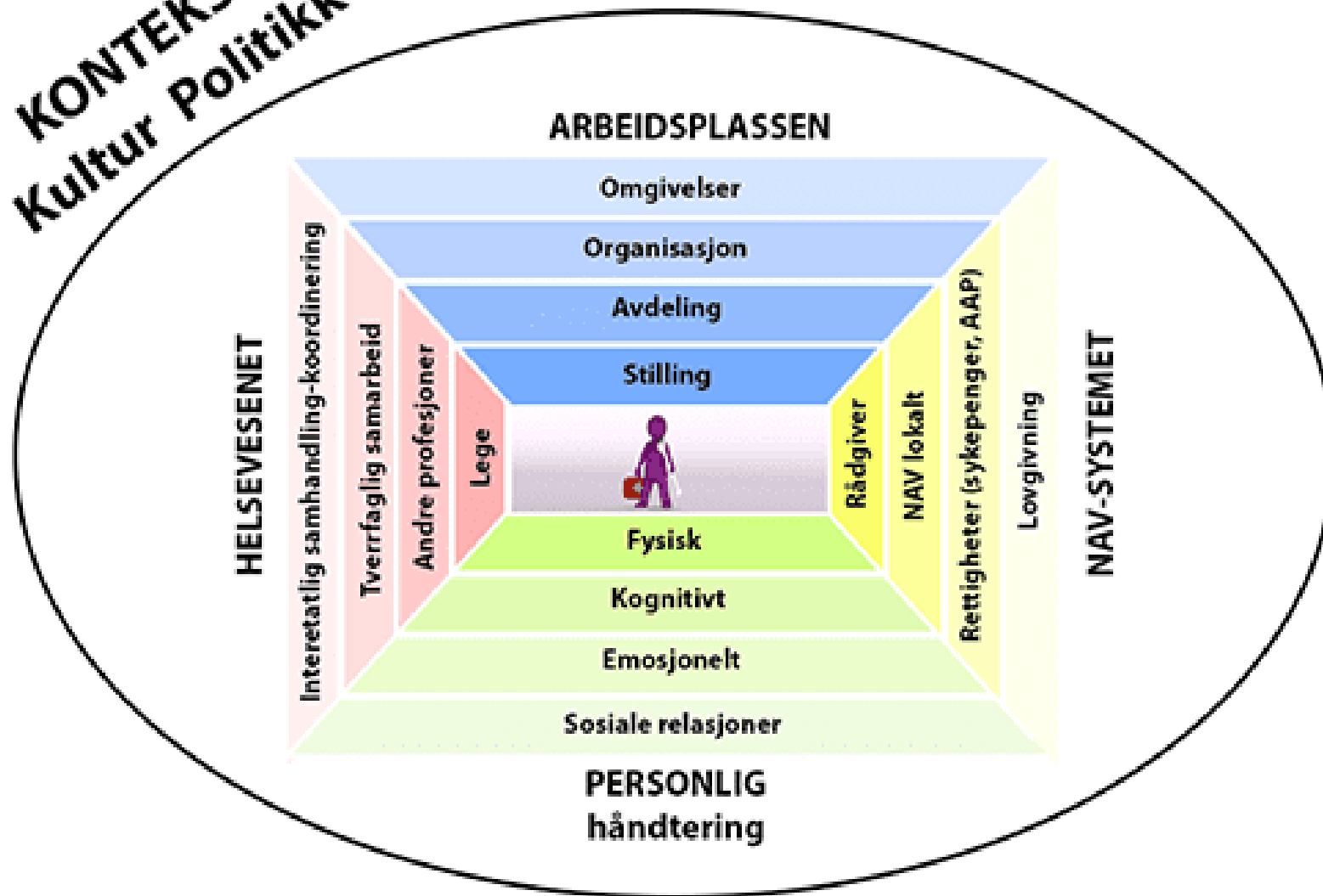
# LEK OG LÆRING I ET NEURO- PERSPEKTIV

Hvordan gode intensjoner  
kan ødelegge barns lærelyst

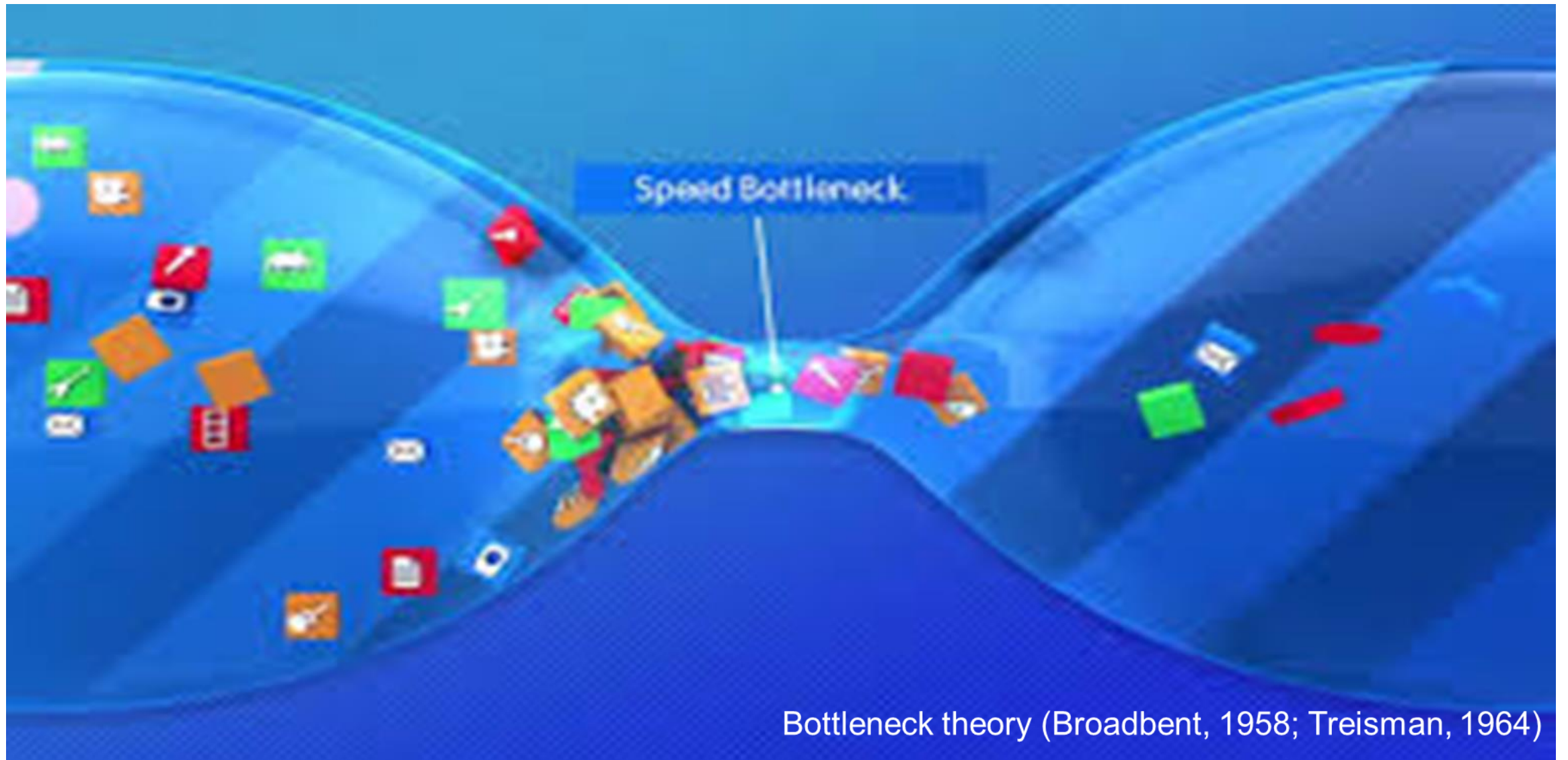


Universitetsforlaget

**KONTEKST**  
Kultur Politikk



# Et bilde på hva kognisjon er



Bottleneck theory (Broadbent, 1958; Treisman, 1964)

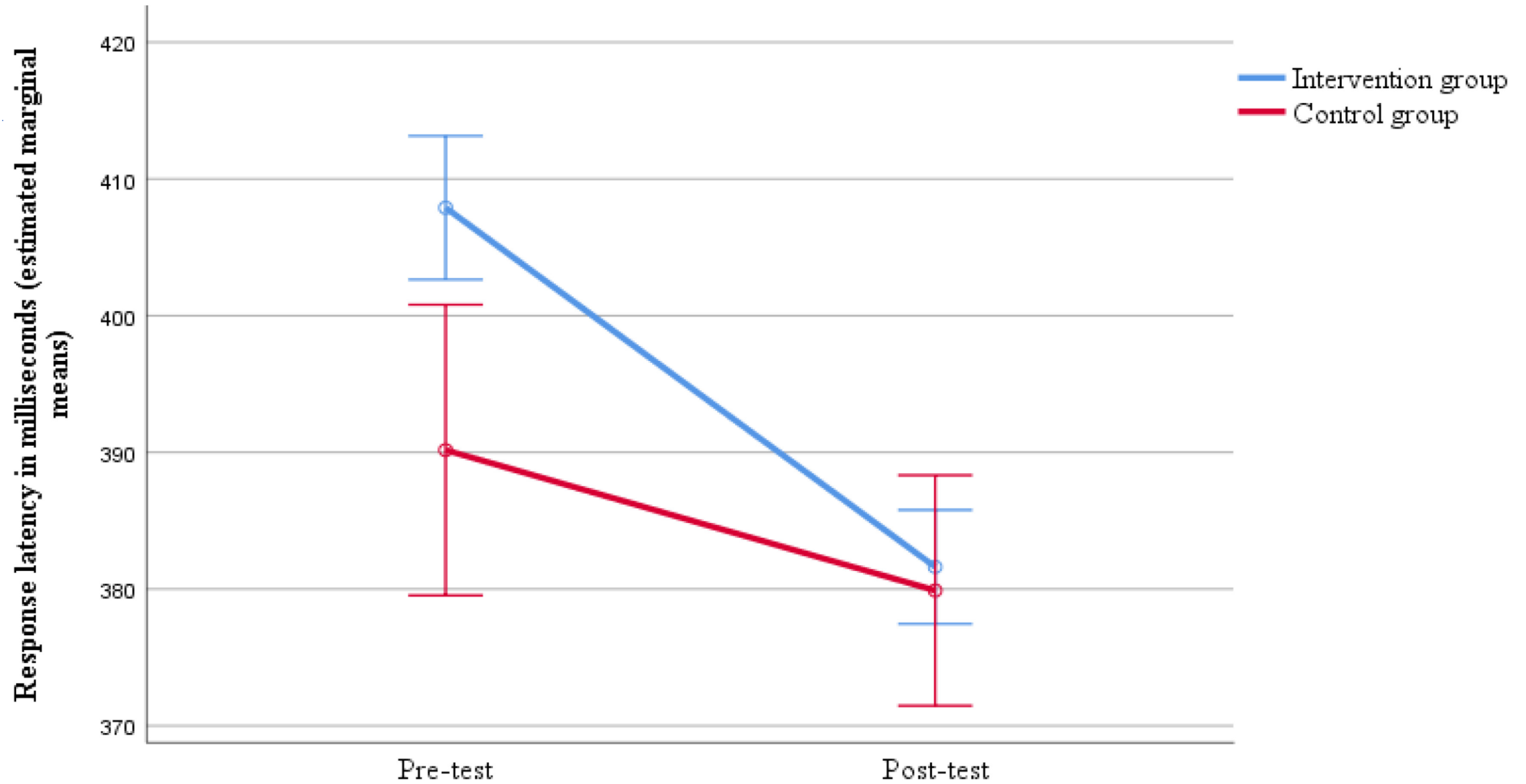
Sykmeldte har ofte nedsatt oppmerksomhet og hukommelse

---

Personer som er sykmeldt eller  
går på arbeidsavklaringspenger  
har kognitive utfordringer  
relatert til oppmerksomhet og  
hukommelse

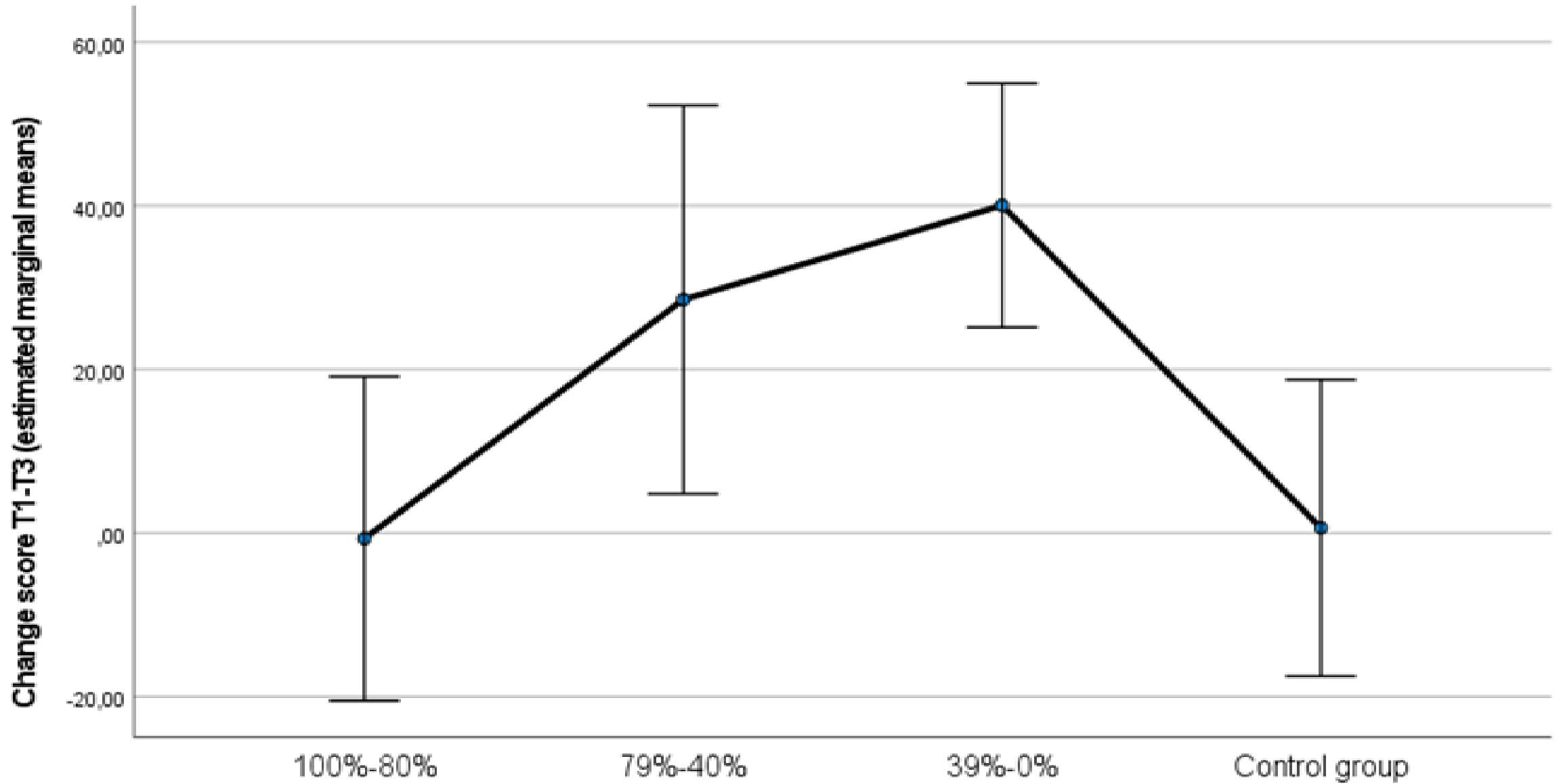
(Aasvik mfl., 2015, 2017, 2018; Eskildsen mfl., 2015, 2016; Johansen mfl., 2019, 2021; 2023; Landrø mfl., 2013)

### Rapid visual information processing (latency)



---

Deltakere som får bedre oppmerksomhetsevne i løpet av rehabiliteringen, har lavere sykefravær ett år etter





OLE PETTER HJELLE

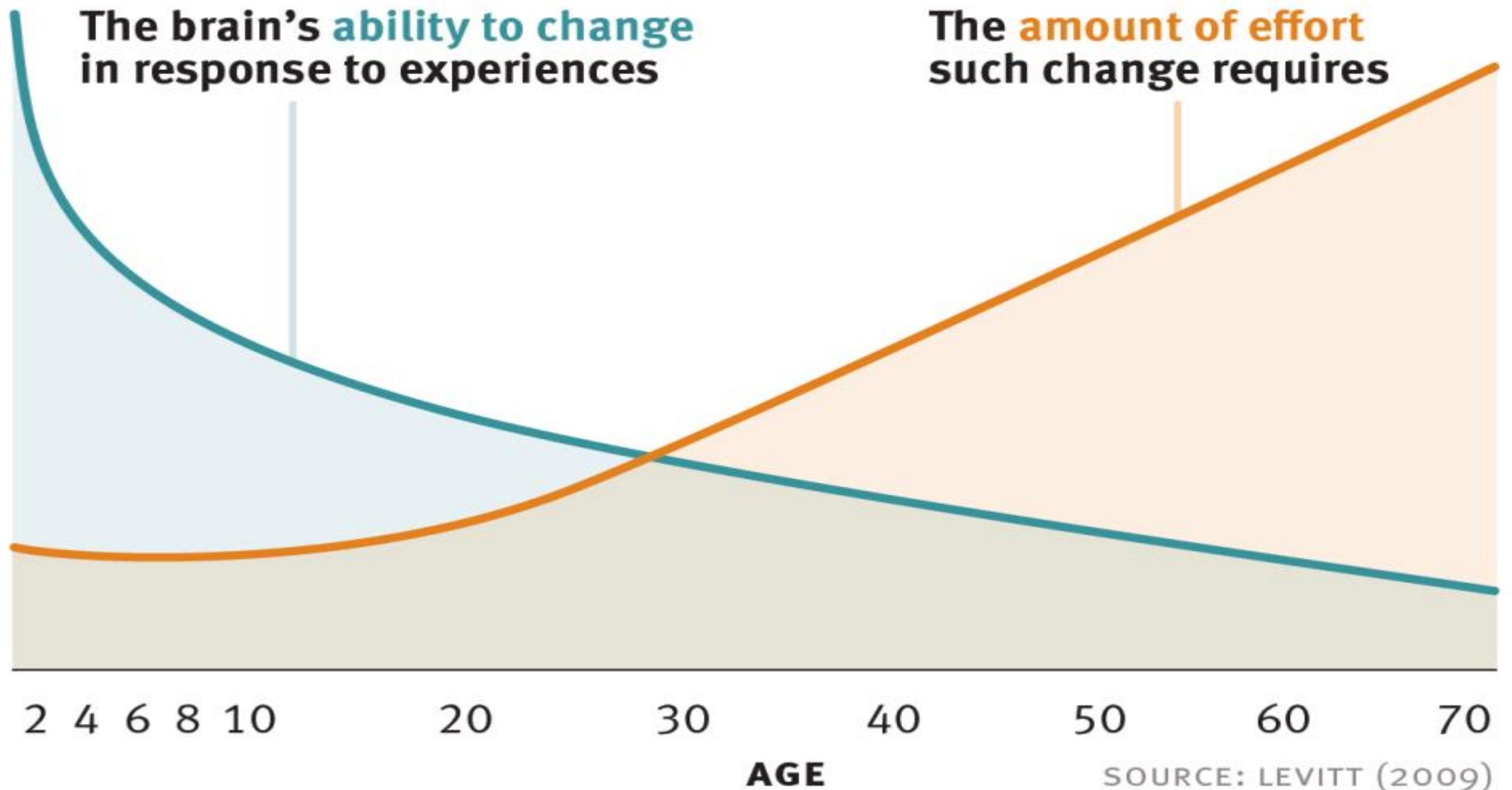
# STERK HJERNE MED AKTIV KROPP

ØKT INTELLIGENS • BEDRE HUKOMMELSE  
• BEDRE STRESSMESTRING • MER KREATIV  
• LENGRE OG BEDRE LIV • REDUSERT RISIKO  
FOR DEPRESJON OG DEMENS



Foto: © Høyskolen Kristiania

OLE PETTER HJELLE er hjerneforsker og fastlege, og en ettertraktet foredragsholder. Han er førstelektor ved Høyskolen Kristiania og Universitetet i Sørøst-Norge, har en doktorgrad om hjernen og er tidligere toppidrettsutøver. Hjellev er kjent som «treningslegen» etter at han startet en egen mosjonsgruppe hvor han trener med pasientene sine. Han ble i 2016 kåret til en av landets beste formidlere i Morgenbladet. *Sterk hjerne med aktiv kropp* er hans første bok.





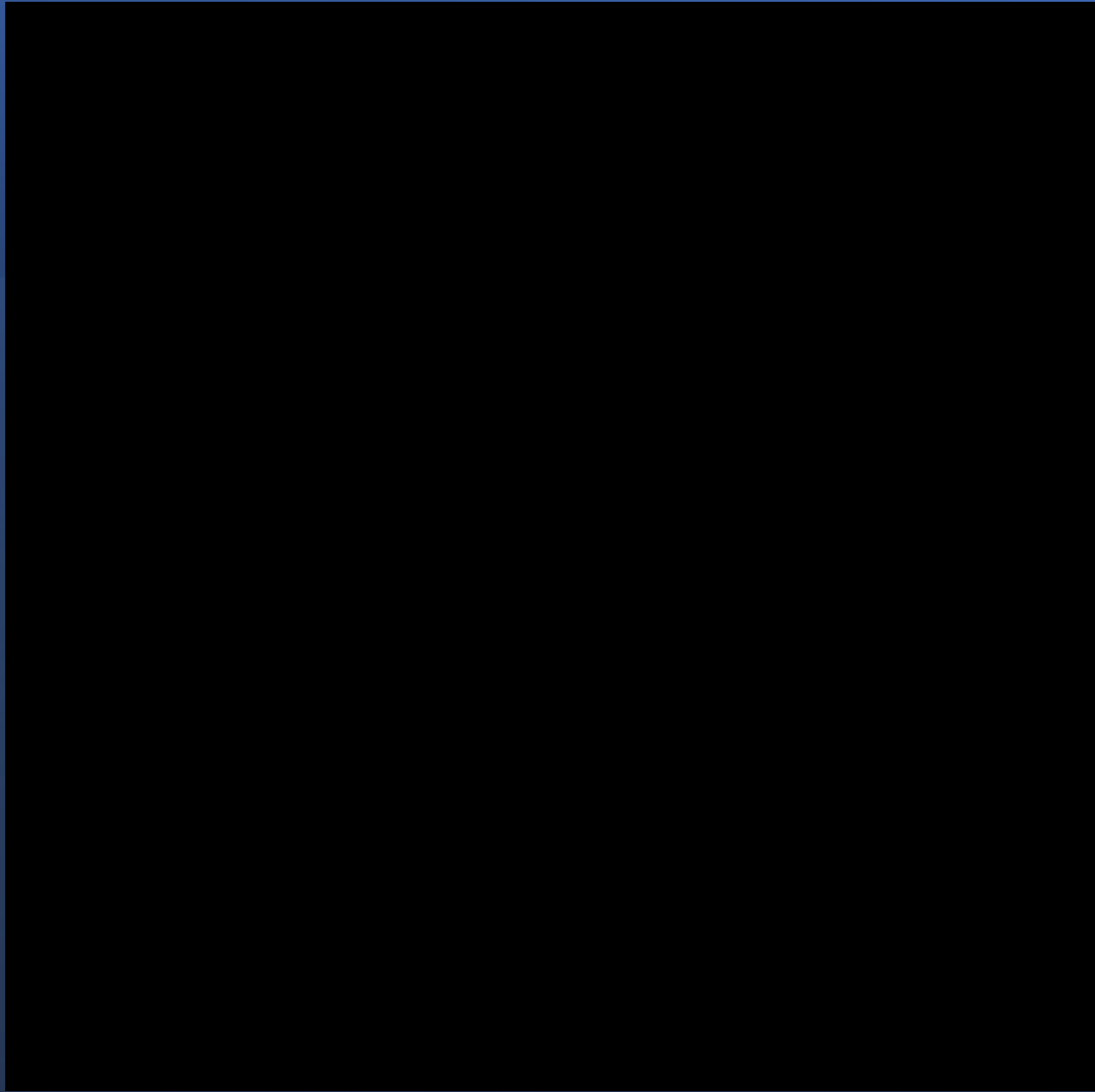
Kognitiv fleksibilitet:  
Bryte med innlærte  
og vanemessige  
tankemønstre

---

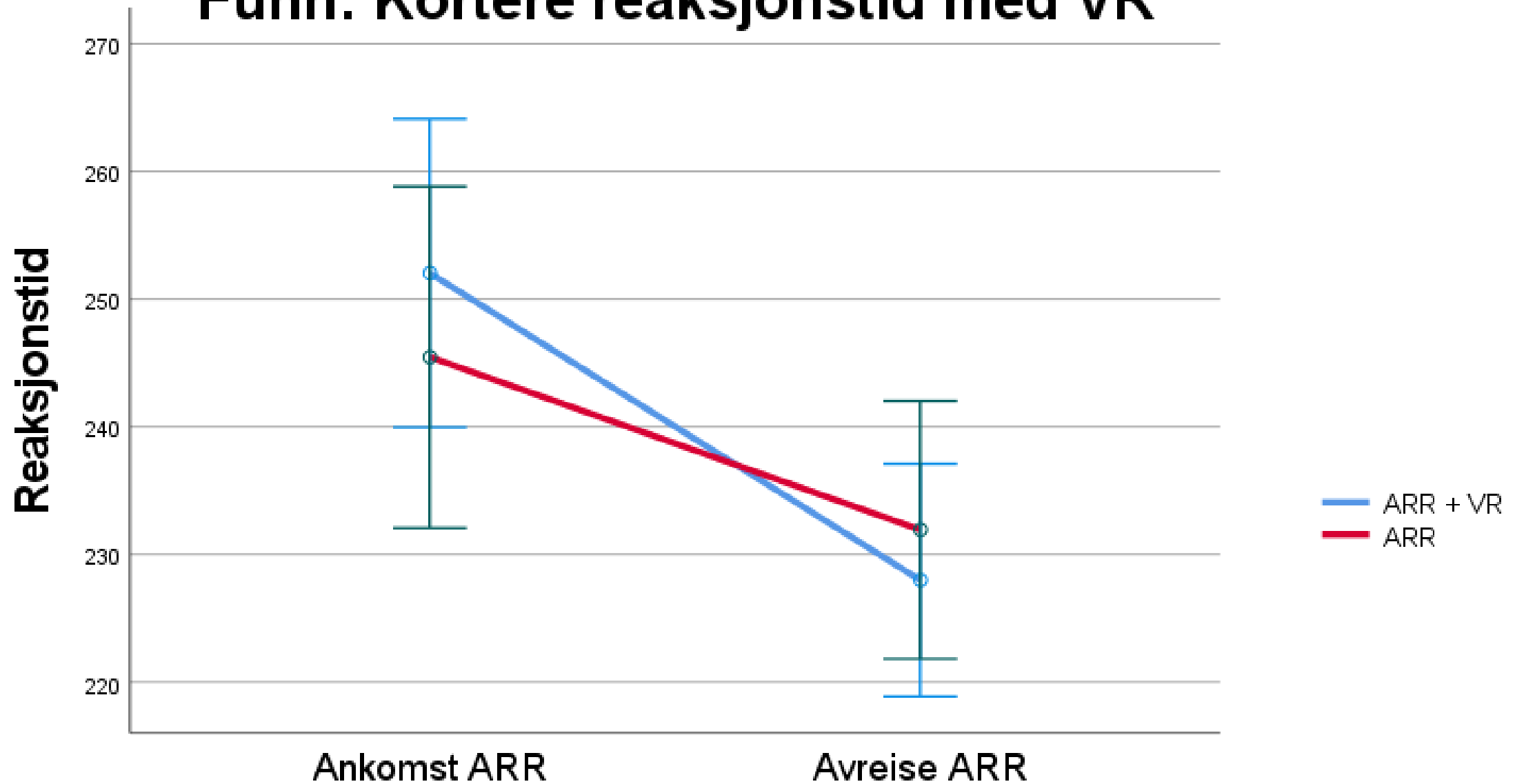
# Lav kognitiv fleksibilitet – stort utbytte av rehabiliteringen

---

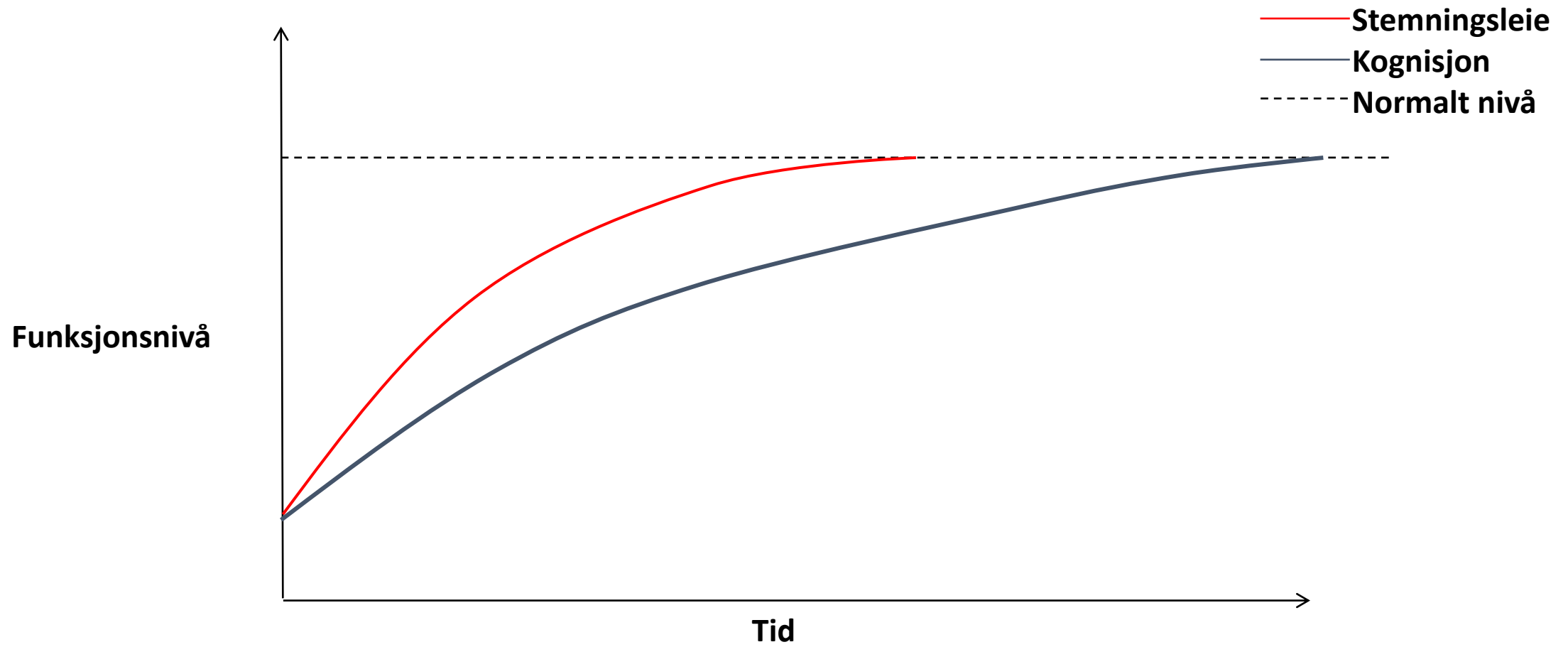
Virtual reality spilling  
(gaming) gir bedring i  
kognitiv fleksibilitet



# Funns: Kortere reaksjonstid med VR



# Det tar tid å trene opp kognisjon (i arbeid)





# Takk til samarbeidspartnerne i prosjektet

---

- **Muritunet** (døgntilbud) – Anita Dyb Linge, Annette Langdal og Anniken Hjellbakk Hole
- **Muritunet** (dagtilbud) – Aril Hagen Ravnøy
- **Røde Kors Haugland Rehabiliteringssenter** – Andreas Helle Takle, Tarja Kvalheim og Randi Jepsen
- **Rehabiliteringssenteret AiR** – Tarjei Urup Helle, Gina Ulberg og Sofie Udjus Brynhildsen
- **Stiftelsen CatoSenteret** – Peter Solvoll Lyby
- **Universitetet i Oslo** – Henrik Børsting Jacobsen, Silje Endresen Reme, Ole Klungsoyr

---

TAKK FOR OPPMERKSOMHETEN

Meld deg på vårt nyhetsbrev på:

 ARBEIDOGHELSE.NO