

Känsloreglering hos barn och ungdomar med ADHD - en randomiserad kontrollerad studie

Johan Isaksson, docent, adjungerad lektor och leg psykolog

Bakgrund: ADHD är en av de vanligaste barnpsykiatriska diagnoserna som innebär svårigheter med uppmärksamhet, hyperaktivitet och impulsivitet. Många med ADHD har även svårt att hantera starka känslor. Tonåren är en särskilt kritisk period då emotionella problem och svårigheter att reglera känslor blir extra tydliga. Det saknas dock studier på känsloreglering hos barn och ungdomar med ADHD där olika känslor och olika bedömare inkluderas, samt där andra psykiatriska symtom tas i beaktande. Vidare saknas studier om interventioner riktade mot att öka förmågan till god känsloreglering som är genomförbara och effektiva för att förebygga och behandla ohälsa hos unga med ADHD.

Syfte: I denna studie avser vi undersöka känslomässig intensitet och reglering hos barn och ungdomar med ADHD, hur dessa skattningar skiljer sig från jämnåriga utan ADHD och från jämnåriga med annan psykiatrisk problematik, samt undersöka eventuella könsskillnader. Vi avser även utveckla och utvärdera en intervention riktad mot att öka förmågan till att mer effektivt hantera känslor hos ungdomar med ADHD.

Metod: Känslomässig intensitet och reglering, samt psykiatriska symtom, hos barn och ungdomar samlas bland annat in via själv- och föräldraskattningar. Skattningar inhämtas från patienter inom barn- och ungdomspsykiatri (BUP) i Uppsala, samt av friska kontroller. Ett mindre antal (totalt 300 barn och ungdomar) gör en fördjupad bedömning kring psykiatriska diagnoser och kognitiv förmåga. En intervention riktad mot att öka förmågan till att hantera känslor utformas och utvärderas.

Resultat: Datasamling pågår och till dags datum har skattningar samlats in från fler än 200 patienter på BUP, varav fler än 50 barn/unga med ADHD har genomgått en fördjupad bedömning. Vidare har data samlats in från ca 50 jämnåriga kontroller utan ADHD som inte har kontakt med BUP. Psykologstudenter har skrivit uppsats på insamlade data och resultat visade bland annat att barn och ungdomar med ADHD använde mindre effektiva känsloreglerings-strategier i högre utsträckning än jämnåriga utan diagnos. I en ännu inte publicerad artikel så fann vi att ungdomar med ADHD framför allt hade svårt att reglera ilska och glädje jämfört med unga utan ADHD eller med annan psykiatrisk problematik. Koppling mellan ADHD och bristande känsloreglering validerades i föräldraskattningar och var lika för flickor och pojkar. En intervention har skapats av forskargruppen, baserat på en etablerad modell för känsloreglering. Initialt har vi påbörjat en pilotstudie med en single-case design. Denna pilot har inkluderat 8 ungdomar. Resultat från pilotstudien planeras att publiceras under 2024. I en relaterad studie under denna tidsperiod, baserad på en tvillingpopulation där en eller båda tvillingarna har neuropsykiatriska diagnoser, fann vi att svårigheter att reglera känslor var tydligare kopplad till AD/ID i jämförelse med annan neuropsykiatri eller affektiv problematik, samt att känsloreglering och ADHD tycks ha gemensam genetiska bakgrund.

Konklusion/betydelse: Bristande känsloreglering är nära förknippat med ADHD. Studien avser ge ökad kunskap kring vilken specifik roll känsloreglering har vid ADHD och det är vår förhoppning att strategier för att bättre hantera känslor kan vara en viktig faktor för bättre framtida mående.

Spridning av resultaten

En vetenskaplig publikation relaterad till denna studien är publicerad:

- Astensvald, R., Frick, M. A., Neufeld, J., Bölte, S., & Isaksson, J. (2022). Emotion dysregulation in ADHD and other neurodevelopmental conditions: a co-twin control study. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*, 16(1), 92. doi:10.1186/s13034-022-00528-0

Ett inskickad manuskript är ute på granskning i vetenskaplig tidskrift.

- Astensvald, R., Frick, M. A., & Isaksson, J. Reactivity and regulation of negative and positive emotions in adolescent diagnostic and trait-level ADHD: A cross-sectional study. Submitted for review.

Studentuppsatser

- Teemant, M" & Ramsvik, J. (2022). Ouppmärksammas känsloreglering: En studie om emotionell reaktivitet och reglering hos barn och ungdomar, samt hur dessa varierar beroende på ADHD-diagnos, kön och pubertetsstatus.
- Beni, S. & Turonen, S. (2022). Kompetensen att korrekt klassificera ens egen förmåga att kontrollera emotioner: En studie om sambandet mellan tonåringars självskattningar och objektiva mått på emotionsregleringsförmågan, samt om det modereras av ADHD eller kön.

Föredrag

Sveriges Neuropsykologiska Förening (SNPF). "Psykologisk behandling för barn och

- unga med ADHD" - Johan Isaksson
- IMV Seminar Uppsala university. "Psychological interventions for children and adolescents with ADHD" - Johan Isaksson
- Infoteket Uppsala. "Psykologisk behandling för barn och unga med ADHD" – Johan Isaksson

Planerade föredrag: Hösten 2024 på The EUROpean NETwork for HYperkinetic DISorders

(EUNETHYDIS)