

Εργοθεραπεία και Ψυχική Υγεία

Βαγιάτης Κωνσταντίνος

Ψυχιατρικά Τμήματα Εισαγωγών

- Η εργοθεραπευτική παρέμβαση συνίσταται στην αξιολόγηση, στις ατομικές και ομαδικές συνεδρίες & δραστηριότητες, στη διασύνδεση, στην εκπαίδευση σε Δραστηριότητες Καθημερινής Ζωής, στην ανάπτυξη τεχνικών κοινωνικοποίησης και στην προετοιμασία για μετάβαση στην κοινότητα.

Ψυχιατρικά Τμήματα Εισαγωγών

- Συμβάλλει στην ένταξη του ασθενή στο πρόγραμμα της Κλινικής, στην αποδοχή της αναγκαιότητας της φαρμακευτικής του αγωγής και της συνεργασίας του με το Ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό, στην εκπαίδευσή του, στην φροντίδα των προσωπικών του αντικειμένων και του προσωπικού του χώρου, στην ενημέρωση του ασθενή για τις υπηρεσίες στην κοινότητα και τις υπηρεσίες ψυχοκοινωνικής υποστήριξης και εκπαίδευσης και στην προετοιμασία μετάβασής του στις εξωτερικές δομές.

Ψυχιατρικά Τμήματα Εισαγωγών

- Επίσης όταν βελτιωθεί η ψυχιατρική του εικόνα, ενημερωθεί και εκφράσει την επιθυμία να παρακολουθήσει το πρόγραμμα των Εργαστηρίων Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης εντός του νοσοκομείου ως πρώτο βήμα, ο εργοθεραπευτής παίζει καθοριστικό ρόλο τόσο στην προετοιμασία όσο και στην ένταξή του σε αυτά.

Ψυχιατρικά Τμήματα Εισαγωγών

- Η διαδικασία αξιολόγησης περιλαμβάνει την εκτίμηση της λειτουργικότητας του ασθενή σε όλα τα επίπεδα ώστε να προσδιοριστούν οι αδυναμίες, οι δυνατότητες, οι επιθυμίες και οι ανάγκες του.
- Γίνεται βάσει συγκεκριμένων κλιμάκων αξιολόγησης και εργαλείων. Είναι προϋπόθεση ώστε να σχεδιαστεί το εξατομικευμένο θεραπευτικό πρόγραμμα.

Ψυχιατρικά Τμήματα Εισαγωγών

- Στη συνέχεια γίνεται ο καθορισμός των στόχων ώστε να βελτιωθούν οι δεξιότητες που θα συμβάλουν στην αυτοεξυπηρέτηση του ασθενή. Για την επίτευξη του θεραπευτικού προγράμματος, ο εργοθεραπευτής συνεργάζεται στενά με τις άλλες ειδικότητες της Κλινικής.

Ψυχιατρικά Τμήματα Εισαγωγών

- Η εργοθεραπευτική παρέμβαση στοχεύει στην μετάβαση του ασθενή στις δομές αποκατάστασης του νοσοκομείου όπως οι Ξενώνες, τα Οικοτροφεία και τα Προστατευόμενα Διαμερίσματα, στην ένταξή του στην κοινότητα και κυρίως στην έξοδό του από το νοσοκομείο.

Ψυχιατρικά Τμήματα Εισαγωγών

- Για να υπάρξει ένταξη σε ομαδικές δραστηριότητες θα πρέπει να υφίσταται ύφεση της ενεργούς νόσου, επιθυμία του ασθενή και θετική εξέλιξη του στην ανταπόκριση της φαρμακευτικής αγωγής ώστε να μην υπάρχει η δυνατότητα λεκτικής ή σωματικής επιθετικότητας.

Εργοθεραπευτική παρέμβαση και Αξιολόγηση

- Η εργοθεραπευτική παρέμβαση συνίσταται στην αξιολόγηση, η οποία χρησιμοποιείται ευρύτερα ως παρατήρηση και συνέντευξη. Εφαρμόζεται κατά τη διάρκεια συμμετοχής του θεραπευόμενου σε εργοθεραπευτικές δραστηριότητες όπου παρατηρούνται οι συμπεριφορές και οι δεξιότητες.

Τομείς Αξιολόγησης

- Αυτοεξυπηρέτηση (ατομική υγιεινή, καλλωπισμός, ένδυση, φροντίδα προσωπικών αντικειμένων και χώρου, διατροφή, επικοινωνία κ.α.)
- Παραγωγικότητα-εκπαίδευση-εργασία (οικιακή διαχείριση, φροντίδα μελών οικογένειας, οικονομική διαχείριση, εκπαιδευτικές δραστηριότητες, εργασιακές δεξιότητες κ.α.)
- Κινητικές δεξιότητες (λεπτή και αδρή κινητικότητα, φυσική αντοχή, οπτικοκινητικός συντονισμός, μυϊκός τόνος, συντονισμός κινήσεων κ.α.)

Τομείς Αξιολόγησης

- Διαπροσωπικές-ψυχολογικές δεξιότητες (αυτοαντίληψη, αυτοέλεγχος, συνήθειες, ενδιαφέροντα, έκφραση σκέψεων και συναισθημάτων, έκφραση αναγκών, αντοχή στη ματαίωση, δεξιότητες αντιμετώπισης στρες, ικανότητες τροποποίησης συμπεριφοράς και προσαρμογής, κίνητρα, ικανότητα ανάληψης λειτουργικού ρόλου ζωής και αξίες)
- Γνωστικές δεξιότητες (συγκέντρωση, προσοχή, μνήμη, κρίση, επίλυση προβλημάτων, οργάνωση χρόνου ικανότητα μάθησης).

Τομείς Αξιολόγησης

- Κοινωνικές δεξιότητες (λεκτική και σωματική επικοινωνία, συνεργασία, αλληλεπίδραση, συναλλαγές στην κοινότητα)
- Διαχείριση ελεύθερου χρόνου (ενδιαφέροντα-χόμπι, ψυχαγωγία, έκφραση, αθλητική αναψυχή)

Οι δραστηριότητες περιλαμβάνουν τρεις τομείς

- Εκπαιδευτικές-κοινωνικές: γνωστική βελτίωση και οργάνωση, τήρηση ημερολογίου, ομάδα επικαιρότητας, ατομικής υγιεινής και φροντίδας, συζητήσεων, κουίζ, επιτραπέζια παιχνίδια, παιχνίδια μνήμης, κινηματογραφικές ταινίες, διάβασμα, ομάδες μαγειρικής, συμβουλευτική εργασίας.

Οι δραστηριότητες περιλαμβάνουν τρεις τομείς

- Δημιουργικών δραστηριοτήτων: ζωγραφική, κατασκευές, κεραμική, κολάζ, λογοτεχνία και ποίηση, φωτογραφία, χορός, θεατρικά παιχνίδια, κηπουρική.

Οι δραστηριότητες περιλαμβάνουν τρεις τομείς

- Ψυχαγωγικές-πολιτιστικές: κινηματογράφος, επιτραπέζια, παζλ, κηπουρική, ομάδες αυτοέκφρασης.

Ξενώνες-Οικοτροφεία- Προστατευόμενα Διαμερίσματα

- Η εργοθεραπευτική παρέμβαση, επικεντρώνεται στην εμπλοκή των ενοίκων σε ευρύ φάσμα έργων για κοινωνική προσαρμογή, εκπαίδευση και κάλυψη των βασικών αναγκών.
- Το πρόγραμμα που καθορίζει τη λειτουργία των ξενώνων και των οικοτροφείων δεν είναι στατικό, αλλά συνδέεται με τους στόχους του θεραπευτικού πλάνου όπως διαμορφώνεται από τη θεραπευτική ομάδα πάντα σύμφωνα με τις ανάγκες των ενοίκων και τα στάδια που διανύουν.

Ξενώνες-Οικοτροφεία- Προστατευόμενα Διαμερίσματα

- Στο πλαίσιο της ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης ο εργοθεραπευτής αρχικά αξιολογεί κάθε ασθενή και στη συνέχεια διαμορφώνει εξατομικευμένο πρόγραμμα, το οποίο περιλαμβάνει επιλεγμένες θεραπευτικές δραστηριότητες με τις οποίες το άτομο εκπαιδεύεται σε πρώτο στάδιο να ιεραρχεί και να ικανοποιεί βασικές ανάγκες και ανάγκες εξάρτησης και σε δεύτερο στάδιο να αναπτύσσει τις κατάλληλες δεξιότητες έτσι ώστε να φτάσει στο ανώτερο επίπεδο αυτονομίας και λειτουργικότητας που διαθέτει.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΤΟΜΙΚΕΣ

ΒΕΛΤΙΩΣΗ - ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΓΝΩΣΤΙΚΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

- Οι γνωστικές λειτουργίες , καθορίζουν την καθημερινή λειτουργικότητα όσων εμφανίζουν ψυχικές διαταραχές και παρεμποδίζουν την καθημερινότητα, περισσότερο και από τα ίδια τα συμπτώματα. Η ενίσχυση των προσπαθειών ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης γίνεται μέσω της ενίσχυσης της γνωστικής λειτουργίας.

Παραδείγματα

- Μαθηματικές πράξεις:

Συνέχιση της σειράς αριθμών:

- 4, 8, 12
- 22-28-34 ...
- 28-26-24 ..

Παραδείγματα

- Γράψτε 8 ονόματα:
Επαγγέλματα.
Αθλητισμός.
Οι πολιτικοί πρόεδροι

Παραδείγματα

- Σχεδιάστε τα παρακάτω αντικείμενα:
 - Ένα χέρι.
 - Ένα σπίτι.
 - Ένα ψάρι.

Παραδείγματα

- Δραστηριότητες της καθημερινής ζωής:
Περιμένω να ζεσταθεί το λάδι
Ανάβω την κουζίνα.
Βάζω το λάδι στο τηγάνι
Βάζω το αυγό στο τηγάνι.

Παραδείγματα

- Παιχνίδια εύρεσης διαφορών

Παραδείγματα

- Ιεραρχίες εννοιών: Τα μέλη κατονομάζουν σε μία δοσμένη έννοια όλες τις λέξεις, οι οποίες έρχονται αυθόρμητα στο μυαλό τους και στο τέλος ταξινομούνται σε κύριες και δευτερεύοντες έννοιες.

Παραδείγματα

- Συνώνυμα, αντίθετα: Για μία λέξη καλούνται τα μέλη της ομάδας να βρουν λέξεις με την ίδια ή αντίθετη σημασία. Διαφορές και ομοιότητες συζητιούνται με το πέρασμα του χρόνου με την βοήθεια παραδειγμάτων.

Παραδείγματα

- Ερμηνείες λέξεων: Η ομάδα πρέπει να εξηγήσει ένα συγκεκριμένο αντικείμενο με την βοήθεια διαφόρων χαρακτηριστικών, όπως τόπος, λειτουργία, υλικό. Από την αρχή δουλεύει κανείς με συγκεκριμένες έννοιες και στην συνέχεια χρησιμοποιούνται πιο αφηρημένες έννοιες.

Παραδείγματα

- Κάρτες με λέξεις: Ένα μέλος παίρνει μία κάρτα με 2 λέξεις, τις οποίες διαβάζει στην ομάδα. Μόνο εκείνος/η γνωρίζει ποια λέξη είναι υπογραμμισμένη. Στην συνέχεια κατονομάζει το άτομο έννοιες, με την βοήθεια των οποίων μπορούν τα υπόλοιπα μέλη να αναγνωρίσουν την υπογραμμισμένη λέξη.

Παραδείγματα

- Έννοιες με διαφορετική ερμηνεία: Η ομάδα επεξεργάζεται την διαφορετική ερμηνεία μιας λέξης.

Παραδείγματα

- Ακριβής απόδοση δοσμένων προτάσεων. Μία πρόταση, η οποία διαβάζεται, θα πρέπει να αποδοθεί κατά λέξη.

Παραδείγματα

- Απόδοση του νοήματος των προτάσεων, οι οποίες διατυπώνονται από τους ασθενείς. Με την βοήθεια 1 ή 2 λέξεων ερεθισμάτων φτιάχνονται 1-2 προτάσεις από τα μέλη της ομάδας και ένα άλλο μέλος προσπαθεί να επαναλάβει το νόημα της πρότασης. Τα υπόλοιπα μέλη παρατηρούν σε επίπεδο 1 και 2 την ορθότητα της εφαρμογής των ασκήσεων και δίνουν σχετικές ανατροφοδοτήσεις

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΤΟΜΙΚΕΣ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗΣ ΖΩΗΣ

- Ατομική υγιεινή, φροντίδα του εαυτού, των προσωπικών αντικειμένων, τακτοποίηση και βελτίωση του περιβάλλοντα χώρου, προμήθειες για την κάλυψη των αναγκών.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΤΟΜΙΚΕΣ

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΧΡΗΜΑΤΩΝ – ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ ΣΥΝΑΛΛΑΓΩΝ

- Εκπαίδευση μέσου συγκεκριμένου εκπαιδευτικού προγράμματος στη διαχείριση των χρημάτων. Πραγματοποίηση των συναλλαγών στην κοινότητα (πληρωμή λογαριασμών, αγορές, συναλλαγές με ταμεία, φορείς κ.α.)

Παράδειγμα

Διδασκαλία ανάληψης χρημάτων από ΑΤΜ με τη μέθοδο ανάλυσης έργου

Στόχος: Να διδαχθούν οι ενήλικες με νοητική και άλλες αναπτυξιακές αναπηρίες να αποσύρουν 20 ευρώ ένα μηχάνημα ΑΤΜ.

Περιβάλλον και Υλικά

- Ρύθμιση: Ένα μηχάνημα ΑΤΜ σε μία τράπεζα
- Υλικά: Μια χρεωστική κάρτα

Παράδειγμα

- **Διδακτικό περιεχόμενο**

Ανάλυση 12 βημάτων:

Βήμα 1^ο: Βάλε τη χρεωστική κάρτα στο ATM.

Βήμα 2^ο: Πάτησε το πρώτο ψηφίο από τον 4-ψήφιο αριθμό.

Βήμα 3^ο: Πάτησε το δεύτερο ψηφίο από τον 4-ψήφιο αριθμό.

Βήμα 4^ο: Πάτησε το τρίτο ψηφίο από τον 4-ψήφιο αριθμό.

Βήμα 5^ο: Πάτησε το τέταρτο ψηφίο από τον 4-ψήφιο αριθμό.

Παράδειγμα

Βήμα 6^ο: Πάτησε το πράσινο πλήκτρο «Enter».

Βήμα 7^ο: Πάτησε την επιλογή «Ανάληψη».

Βήμα 8^ο: Πάτησε το κουμπί που δείχνει 20.

Βήμα 9^ο: Περίμενε.

Βήμα 10^ο: Πάρε την χρεωστική κάρτα.

Βήμα 11^ο: Πάρε τα 20 ευρώ από την εσοχή.

Βήμα 12^ο: Πάρε την απόδειξη.

Παράδειγμα

Διδακτική διαδικασία

- Παροχή κατάρτισης στις ρυθμίσεις του εκπαιδευτικού πλαισίου.
- Χρησιμοποιούμε ένα σύστημα με τις λιγότερες δυνατές προτροπές αφήνοντας να μεσολαβήσει διάστημα 3 δευτερολέπτων ανάμεσα σε κάθε βήμα.

Παράδειγμα

- Για να ολοκληρώσει ένα άτομο με νοητική υστέρηση ή αυτισμό το συγκεκριμένο στόχο, οι προτροπές πρέπει να παρέχονται με την ακόλουθη σειρά:
- Λεκτική προτροπή (π.χ., «Βλέπετε, που είναι το κουτάκι για να γράψουμε τον αριθμό;»).
- Χειρονομία (π.χ., δείχνουμε στο μαθητή τα κουμπιά του μηχανήματος ATM).
- Χειρονομία και προφορική εξήγηση (π.χ., δείχνουμε τα κουμπιά και παράλληλα παρέχουμε λεκτική εξήγηση).
- Μοντελοποίηση και προφορική εξήγηση (π.χ., επιδεικνύουμε τις κατάλληλες ενέργειες και του εξηγούμε προφορικά).
- Φυσική βοήθεια και προφορική εξήγηση (π.χ., κρατάμε τον καρπό του μαθητή, καθοδηγούμε τη σωστή απάντηση και ταυτόχρονα παρέχουμε την εξήγηση) (Cihak et al., 2004)

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΤΟΜΙΚΕΣ

ΕΚΦΡΑΣΗ ΑΝΑΓΚΩΝ, ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΑΝΑΦΟΡΑ
ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ

- Στόχος των συνεδριών, είναι η αποφόρτιση αγχογόνων παραγόντων της καθημερινότητας, που οφείλονται σε προσωπικά ή διαπροσωπικά θέματα. Προτείνονται οι τρόποι διαχείρισής τους και ενισχύεται η εφαρμογή τους, ώστε να διευκολυνθεί η καθημερινότητα των ενοίκων και να αμβλυνθούν οι συγκρούσεις. Ενδεχομένως να απαιτείται συνεργασία με τον ψυχολόγο της δομής.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΤΟΜΙΚΕΣ

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΩΝ, ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ – ΑΥΤΟΝΟΜΗΣΗΣ

- Εκπαίδευση σε συμπεριφορές κοινωνικά αποδεκτές, ώστε να διευκολύνονται στη συνεργασία και στη διαβίωση τους εντός και εκτός δομής. Αναχαίτιση αντικοινωνικών συμπεριφορών και συμβουλευτική στη διαχείρισή τους. Εκπαίδευση σε δεξιότητες αυτοεξυπηρέτησης και αυτονομίας στην κοινότητα (Μ.Μ.Μ)

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΤΟΜΙΚΕΣ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΕ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΕΝΤΑΞΗΣ ΣΕ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ ΦΟΡΕΩΝ

- Οι ένοικοι εκπαιδεύονται γνωστικά και πρακτικά με στόχο την ένταξή τους σε προγράμματα στην κοινότητα. Κατά την ένταξη παρακολουθείται στενά το πρόγραμμα που ακολουθούν, σε συνεχή συνεργασία με τους εκπαιδευτές τους. Η επιλογή του πλαισίου γίνεται σε συνεργασία με τον ένοικο και καλύπτει τις δικές του ανάγκες και ελλείμματα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΟΜΑΔΙΚΕΣ

- **ΟΜΑΔΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ – ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ**

Οι ένοικοι παρασκευάζουν φαγητό ή γλυκό της αρεσκείας τους και προγραμματίζεται η επόμενη παρασκευή.

- **ΟΜΑΔΑ ΕΝΟΙΚΩΝ**

Στην ομάδα η οποία πραγματοποιείται σε εβδομαδιαία βάση, συζητούνται θέματα που απασχολούν τους ενοίκους, εκφράζονται οι επιθυμίες τους, προγραμματίζονται ψυχαγωγικές και πολιτιστικές δράσεις, γίνεται ανάθεση δραστηριοτήτων, επιλύονται προβλήματα, αποσαφηνίζονται και αναπροσαρμόζονται τομείς του προγράμματος, επιλύονται διαφορές-θέματα συνεργασίας και ενισχύεται η συνεργατικότητα και η αλληλεγγύη.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΟΜΑΔΙΚΕΣ

- **ΟΜΑΔΑ ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑΣ**

Οι ένοικοι που έχουν εκπαιδευτεί από τον εργοθεραπευτή/τρια επιλέγουν τις ειδήσεις από το διαδίκτυο, τις εκτυπώνουν και τις παρουσιάζουν στην ομάδα. Γίνεται συζήτηση των γεγονότων με στόχο την ενημέρωση και την επαφή με την πραγματική ζωή.

- **ΟΜΑΔΑ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ & ΨΥΧΑΓΩΓΙΚΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ – ΑΝΑΨΥΧΗΣ**

Η ομάδα πραγματοποιείται σε εβδομαδιαία βάση και έχει σκόπιμη παρέμβαση. Αφορά πολιτιστικές – ψυχαγωγικές εκδηλώσεις, κοντινές ή μακρινές εκδρομές, εξόδους για φαγητό ή καφέ, επισκέψεις σε μουσεία, εκδηλώσεις και πολλά άλλα δρώμενα στην κοινότητα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΟΜΑΔΙΚΕΣ

- **ΟΜΑΔΑ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ**

Ανοιχτή ομάδα σε καθημερινή βάση με ελεύθερη προσέλευση (ζωγραφική, λογοτεχνία, κατασκευές, επιτραπέζια παιχνίδια κ.α). Στόχοι η αποφόρτιση άγχους, η ανάπτυξη συνεργασίας και η έκφραση συναισθημάτων και δημιουργικότητας.

- **ΟΜΑΔΑ ΥΠΟΔΟΧΗΣ ΕΙΣΟΔΟΥ**

Συγκεκριμένοι ένοικοι φροντίζουν την υποδοχή των επισκέψεων.