

μπορούν να προσαρμοστούν ώστε να αλλάξουν οι παραπάνω απαιτήσεις και οι δεξιότητες που απαιτούνται για να ολοκληρωθεί. Επιπροσθέτως, εκτός από την ανάλυση δραστηριοτήτων για τις απαιτήσεις της εκτέλεσης, ο εργοθεραπευτής ενδιαφέρεται για τη δυνατότητα εμπλοκής του ενδιαφερόμενου και για τη θετική προσωπική αντίληψή του. Στο κεφάλαιο αυτό εξετάζονται λεπτομερέστερα και οι δύο απόψεις της ανάλυσης δραστηριότητας.

Ορισμένες δραστηριότητες είναι απλές και όλα τα στοιχεία τους μπορούν να αναλυθούν. Για παράδειγμα, η προετοιμασία μιας κούπας τσάι είναι συνήθως μια απλή δραστηριότητα. Άλλες δραστηριότητες πραγματοποιούνται με μια πιο περίπλοκη σειρά καθηκόντων (tasks) που έχουν διαφορετικές απαιτήσεις. Για παράδειγμα, οι αγορές για το σπίτι περιλαμβάνουν τα παρακάτω: να βρεις τι χρειάζεσαι και να φτιάξεις μια λίστα, να πας στα μαγαζιά, να αγοράσεις αυτά που είναι στη λίστα, να τα φέρεις σπίτι και να τα τακτοποιήσεις. Κάθε στάδιο της δραστηριότητας έχει διαφορετικές εκτελεστικές απαιτήσεις. Εάν η δραστηριότητα είναι περίπλοκη και κάθε στάδιο έχει διαφορετικές εκτελεστικές απαιτήσεις, ο θεραπευτής θα πραγματοποιήσει μια ανάλυση έργου για να αναγνωρίσει τη σειρά βημάτων πριν διεξάγει μια λεπτομερή ανάλυση δραστηριότητας.

## **ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΘΗΚΟΝΤΟΣ**

Κάθε δραστηριότητα αποτελείται από βήματα ή εργασίες που εκτελούνται διαδοχικά. Η εύρεση της σειράς μιας δραστηριότητας λέγεται *ανάλυση καθήκοντος*. Για παράδειγμα, η δημιουργία ενός πλήνιου δοχείου περιλαμβάνει τις παρακάτω εργασίες:

- Να κοπεί ένα κατάλληλου μεγέθους κομμάτι πηλού
- Να στερεωθεί ο πηλός
- Να σχηματιστεί ο πηλός σε μπάλα
- Να πιεστεί με τον αντίχειρα ο πηλός για να δημιουργηθεί ένα κοίλωμα
- Να πλασθεί ο πηλός ώστε να αποκτήσει το κατάλληλο πάχος
- Να λειανθούν οι εσωτερικές και εξωτερικές επιφάνειες

- Να προστεθούν οποιαδήποτε διακοσμητικά στοιχεία
- Να μείνει έξω για να στεγνώσει πριν ψηθεί.

Οποιοδήποτε από τα βήματα αυτά μπορεί να αναλυθεί σε μια περαιτέρω σειρά εργασιών: για παράδειγμα, υπάρχει μια σειρά βημάτων που απαιτούνται για τη στερέωση μιας πήλινης μπάλας. Η ανάλυση καθήκοντος πραγματοποιείται για έναν σκοπό και το μέγεθος στο οποίο μια δραστηριότητα θα αναλυθεί σε όλο και μικρότερες εργασίες θα εξαρτηθεί από τον σκοπό της ανάλυσης. Εάν ένα άτομο έχει πολύ συγκεκριμένες δυσκολίες, μπορεί να χρειαστεί να γίνει μια λεπτομερής ανάλυση έργου για να απομονωθεί το συγκεκριμένο πρόβλημα. Από την άλλη, εάν ο θεραπευτής αναλύει μια αρκετά απλή δραστηριότητα για να τη διδάξει στον ασθενή, ενδέχεται να είναι αναγκαία μόνο η αναγνώριση των κύριων βημάτων της δραστηριότητας.

Η ανάλυση καθήκοντος μπορεί να διεξαχθεί προκειμένου να:

1. Επιλεγθεί μια κατάλληλη μέθοδος διδασκαλίας για μια δραστηριότητα, για παράδειγμα οπισθοδρομική αλυσίδα (η διδασχή πρώτα του τελευταίου σταδίου μιας εργασίας, ώστε ο εργοθεραπευτής να πραγματοποιήσει το μεγαλύτερο μέρος της δραστηριότητας και ο ασθενής να την ολοκληρώσει)
2. Επιλεγθεί κατάλληλη δραστηριότητα για να εκπληρωθεί ένας θεραπευτικός στόχος
3. Προσαρμοστεί μια δραστηριότητα για να ανταποκριθεί στις ανάγκες του ασθενούς αλλάζοντας ή αποκλείοντας ένα βήμα
4. Αναγνωριστεί το συγκεκριμένο σημείο μιας δραστηριότητας στο οποίο ο ασθενής έχει δυσκολία εκτέλεσης.

Ο θεραπευτής οφείλει να προσέχει όταν συγκεντρώνεται σε ένα μεμονωμένο βήμα στη σειρά ενεργειών που αποτελούν μια δραστηριότητα. Οι ασθενείς πρέπει να έχουν ευκαιρίες να εξασκηθούν με ολόκληρες δραστηριότητες παρά με μεμονωμένα καθήκοντα, επειδή «η εκτέλεση δεν συμβαίνει συνήθως με μια προσέγγιση βήμα προς βήμα αλλά με μια ενιαία συνεχή ροή εκτέλεσης συμπεριφοράς. Η αποτυχία παροχής πρακτικής σε μια ολόκληρη σειρά μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα μια

διστακτική, αδέξια εκτέλεση» (Keeva & Sanderson 1992, σελ. 174).

## ΑΝΑΛΥΣΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

Η *ανάλυση δραστηριότητας* είναι η «διαδικασία ανάλυσης μιας δραστηριότητας στα μέρη που την απαρτίζουν και στη σειρά καθηκόντων με σκοπό την αναγνώριση των δεξιοτήτων που απαιτούνται για την εκτέλεσή της, επιτρέποντας με τον τρόπο αυτό στον θεραπευτή να εκτιμήσει τη θεραπευτική της δυνατότητα» (Creech 2003). Μπορεί να γίνει ανάλυση όλων των μερών που αποτελούν μια δραστηριότητα και εμπίπτουν στον τομέα του εργοθεραπευτή. Η Mosey (1986) το αποκάλεσε αυτό γενική προσέγγιση και σημείωσε ότι δεν υπάρχει ένα γενικά αποδεκτό πλαίσιο πραγματοποίησής του. Μια εναλλακτική προσέγγιση είναι η μελέτη μόνο των στοιχείων που σχετίζονται με το μοντέλο ή το πλαίσιο αναφοράς που χρησιμοποιείται. Για παράδειγμα, η ανάλυση δραστηριότητας εντός ενός ψυχοδυναμικού προτύπου εστιάζει στις ψυχολογικές λειτουργίες και ψυχοκοινωνικές αλληλεπιδράσεις που περιλαμβάνονται στην εκτέλεση μιας δραστηριότητας (Katz 1985).

Η διάταξη που παρουσιάζεται εδώ είναι μια γενική διάταξη η οποία αναπτύχθηκε από αρκετά διαφορετικά πλαίσια (Fiddler & Fiddler 1963, Hopkins & Tiffany 1988, Llorens 1976, Mosey 1986).

Η εκτέλεση των δραστηριοτήτων απαιτεί πολλές δεξιότητες, που, για τον σκοπό της ανάλυσης, μπορούν να χωριστούν σε:

- Σωματικές
- Γνωστικές
- Ψυχολογικές
- Διαπροσωπικές.

Προκειμένου να κατανοηθεί η επίδραση που μπορεί να έχει μια δραστηριότητα σε έναν ασθενή, ο θεραπευτής πρέπει να τη διαιρέσει σε τομείς δεξιοτήτων και να εξετάσει τον κάθε τομέα λεπτομερώς.

Η ανάλυση δραστηριότητας συμπεριλαμβάνει επίσης οποιαδήποτε δυνατότητα προσαρμογής της δραστηριότητας για να γίνει εφικτή η αλλαγή στον ασθενή. Η βαθμολόγηση επιτρέπει στον ασθενή να προχωρήσει στον επόμενο στόχο όταν πλέον

κατέχει πλήρως μια δεξιότητα. Η βαθμολόγηση μπορεί να περιλαμβάνει μια σταδιακή αλλαγή στη φύση της δραστηριότητας αλλάζοντας ένα ή δύο στοιχεία, ή την πλήρη αλλαγή της.

Η ανάλυση μιας δραστηριότητας επιτρέπει στον θεραπευτή να:

- Κατανοήσει τις αιτιότητες που θα έχει η δραστηριότητα από τον ασθενή, δηλαδή το φάσμα των δεξιοτήτων που απαιτούνται για την εκτέλεσή της
- Εξακριβώσει ποιες ανάγκες μπορεί να ικανοποιήσει
- Καθορίσει τον βαθμό στον οποίο η δραστηριότητα μπορεί να εμποδίσει μία ανεπιθύμητη συμπεριφορά
- Καθορίσει εάν η δραστηριότητα είναι εντός των ικανοτήτων του ασθενούς
- Ανακαλύψει τις δεξιότητες που η δραστηριότητα μπορεί να αναπτύξει στον ασθενή. Ενδέχεται να είναι συγκεκριμένες δεξιότητες, όπως να περάσει την κλωστή από μια βελόνα, ή γενικότερες, μεταβιβάσιμες δεξιότητες, όπως η ανάγνωση
- Παρέχει μια βάση για την προσαρμογή και τη βαθμολόγηση των δραστηριοτήτων για την επίτευξη συγκεκριμένων αποτελεσμάτων.

Ο Πίνακας 6.1 παρουσιάζει ένα γενικό πλαίσιο ανάλυσης δραστηριότητας και ο Πίνακας 6.2 το πώς το πλαίσιο αυτό χρησιμοποιήθηκε στην ανάλυση μιας συγκεκριμένης δραστηριότητας, όπως η πεζοπορία.

## ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

Ο θεραπευτής και ο ασθενής αναγνωρίζουν μαζί τις δραστηριότητες με τη μεγαλύτερη δυνατότητα επίτευξης των επιθυμητών αποτελεσμάτων. Για παράδειγμα, εάν ο κύριος στόχος του ασθενούς είναι η βελτίωση της γενικής σωματικής κατάστασης, μπορεί να αποφασίσουν ότι η πεζοπορία είναι η καταλληλότερη δραστηριότητα για να ξεκινήσει.

Εναλλακτικά, διάφορα στοιχεία της δραστηριότητας μπορεί να συνδυαστούν σε νέες δραστηριότητες που θα πετύχουν καλύτερα τους επιθυμητούς στόχους: αυτό αποκαλείται *σύνθεση δραστηριότητας*. Για παράδειγμα, ο δευτερεύων στόχος του ασθενούς μπορεί να είναι να βρει μια εργασία αμερικικής απασχόλησης: έτσι, ο θεραπευτής του προ-