

Βοηθός Εργοθεραπείας

Δημιουργικότητα και
εργοθεραπεία

Χαρακτηριστικά διάφορων συνδρόμων - παθήσεων και στόχοι δημιουργικών δραστηριοτήτων

Κατάθλιψη

Η κατάθλιψη είναι μια πολύ οδυνηρή και πολύ συνηθισμένη ανθρώπινη εμπειρία. Επηρεάζει περίπου ένα στα πέντε άτομα κάποια στιγμή της ζωής τους. Σε κάποιους ανθρώπους μπορεί να συμβεί μόνο μία φορά και να περάσει αρκετά γρήγορα από μόνη της. Σε άλλους, η κατάθλιψη μπορεί να διαρκέσει περισσότερο ή να επανέλθει αρκετές φορές και να χρειαστεί θεραπεία. Τα χαρακτηριστικά της πάθησης αυτής είναι:

- Καταθλιπτική διάθεση
- Απώλεια ενδιαφέροντος και ευχαρίστησης για δραστηριότητες που προηγουμένως απολάμβανε το άτομο
- Απαισιοδοξία
- Απόγνωση
- Απώλεια ενέργειας
- Απόσυρση από τις κοινωνικές δραστηριότητες
- Δυσκολίες ως προς τη μνήμη
- Μεταβολές στον ύπνο
- Μεταβολές στην όρεξη και στο βάρος
- Σκέψεις θανάτου

Τα συμπτώματα της κατάθλιψης μπορούν να ταξινομηθούν σε τέσσερις βασικές ομάδες:

- Συμπτώματα σχετικά με τη διάθεση
- Σωματικά συμπτώματα (μεταβολές στην όρεξη, στον ύπνο, το βάρος και την ενέργεια)
- Γνωστικά συμπτώματα (συμπτώματα σκέψης, δυσκολία στη συγκέντρωση, δυσκολίες μνήμης)
- Συμπτώματα σχετικά με τη συμπεριφορά (απόσυρση από κοινωνικές δραστηριότητες)

Με τις δημιουργικές δραστηριότητες θέλουμε να πετύχουμε:

- Ενίσχυση της αυτοεκτίμησης
- Ενίσχυση της μνήμης (για παράδειγμα με μία δραστηριότητα σχετικά με ένα παραμύθι)
- Ενίσχυση γνωστικών δεξιοτήτων
- Ενίσχυση της διάθεσης του ατόμου και χαρά με το καινούργιο προϊόν

Διπολική διαταραχή

Η διπολική διαταραχή είναι μια αρκετά συχνή αλλά σοβαρή ψυχική ασθένεια που επηρεάζει κυρίως τη συναισθηματική διάθεση και τη συμπεριφορά. Στη διαταραχή αυτή παρουσιάζονται τα εξής συμπτώματα:

- Υπερβολική αυτοεκτίμηση
- Μειωμένη κρίση
- Ευερεθιστότητα

- Νευρικές ή απότομες κινήσεις
- Ανάγκη για λιγότερο ύπνο
- Αυξημένα επίπεδα ενέργειας
- Σπατάλη χρημάτων
- Μη ρεαλιστική πεποίθηση σχετικά με τις ικανότητες σας
- Αυξημένη λίμπιντο (σεξουαλική ορμή)
- Φλυαρία και ταχύτερος ρυθμός ομιλίας σε σχέση με το συνηθισμένο
- Άνοιγμα συζήτησης με αγνώστους
- Υπνηλία
- Υπερφαγία
- Αύξηση σωματικού βάρους
- Βραδυκινησία

Με τις δημιουργικές δραστηριότητες θέλουμε να πετύχουμε:

- Σταθερή διάθεση του ατόμου κυρίως με την λογική αυτοπεποίθηση που του δίνει η παραγωγή του νέου
- Ενίσχυση της σωστής κρίσης του ατόμου με επιλογή σωστών υλικών για το νέο προϊόν
- Ενίσχυση της ταχύτερης κίνησης του ατόμου μέσω δημιουργικών δραστηριοτήτων

Σχιζοφρένεια

Μία ομάδα από ψυχοπαθολογικές εκδηλώσεις που χαρακτηρίζονται από διαταραχές σκέψης, του

συναισθήματος και της συμπεριφοράς. Τα κύρια συμπτώματα της πάθησης αυτής είναι:

- Παραληρητικές ιδέες
- Αντιληπτικές διαταραχές (ψευδαισθήσεις)
- Αποδιοργανωτικός λόγος
- Ακατανόητη συμπεριφορά

Με τις δημιουργικές δραστηριότητες θέλουμε να πετύχουμε:

- Ενίσχυση αντιληπτικής ικανότητας με τη χρήση και το διαχωρισμό για παράδειγμα του πηλού, της πλαστελίνης, της άμμου κ.α.
- Ενίσχυση της προσοχής του ατόμου και ενεργό συμμετοχή του ατόμου
- Ενίσχυση της κοινωνικότητάς του

Άνοια

Με τον όρο άνοια περιγράφεται ένα σύνολο συμπτωμάτων που προκαλούνται από διαταραχές που επηρεάζουν τον εγκέφαλο. Δεν είναι μία συγκεκριμένη ασθένεια. Η άνοια επηρεάζει τη σκέψη, τη συμπεριφορά και την ικανότητα να εκτελεί το άτομο καθημερινές εργασίες. Η νόσος Alzheimer είναι η συνηθέστερη μορφή άνοιας. Προκαλεί μια σταδιακή μείωση των γνωστικών ικανοτήτων που συχνά αρχίζει με την απώλεια της μνήμης. Τα κύρια συμπτώματα της νόσου είναι:

- Προοδευτική και συχνή απώλεια μνήμης

- Σύγχυση
- Αλλαγή προσωπικότητας
- Απάθεια και απόσυρση
- Απώλεια της ικανότητας να εκτελεί καθημερινά πράγματα

Με τις δημιουργικές δραστηριότητες θέλουμε να πετύχουμε:

- Ενίσχυση της μνήμης. Για παράδειγμα με την εξιστόρηση μίας ιστορίας
- Ενίσχυση της σκέψης και δημιουργικότητας του ατόμου με τη παραγωγή του νέου
- Ενίσχυση του αισθήματος να θέλει να δημιουργήσει

Parkinson

Η νόσος του Πάρκινσον είναι μία συχνή εκφυλιστική νόσος του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος, η οποία εκδηλώνεται με κινητικά και μη κινητικά συμπτώματα. Τα συμπτώματα μπορεί να περιλαμβάνουν:

- Τις γνωστές κινητικές εκδηλώσεις
- Μη κινητικές διαταραχές
- Επηρεάζει την κίνηση
- Τον έλεγχο των μυών
- Τον έλεγχο της ισορροπίας
- Τρόμος ηρεμίας
- Διαταραχές στην ουροδόχο κύστη
- Διαταραχές ομιλίας

Με τις δημιουργικές δραστηριότητες θέλουμε να πετύχουμε:

- Ενίσχυση της κίνησης κυρίως των άνω άκρων
- Ενίσχυση των μυών του πήχη, της παλάμης και των δακτύλων (θέναρ, οπισθέναρ, μύες του κερκιδικού χείλους)
- Μαζί με θεραπείες, ενίσχυση του ελέγχου των μυών με δημιουργικές δραστηριότητες (για παράδειγμα πηλός σε πάγκο με το κάθισμα σε καρέκλα ή δραστηριότητες πλεξίματος)

ΑΕΕ – Αγγειακό Εγκεφαλικό επεισόδιο

Εγκεφαλική βλάβη εξαιτίας αγγειακής απόφραξης ή αιμορραγίας. Προκαλεί αιφνίδια διαταραχή της εγκεφαλικής αιματικής ροής, νευρωνικό κυτταρικό θάνατο και εκδηλώνεται με νευρολογικά ελλείμματα που συνδέονται με την προσβληθείσα εγκεφαλική περιοχή. Τα συμπτώματα περιλαμβάνουν:

- Μείωση επιπέδου συνείδησης
- Αλλοίωση της αίσθησης, κίνησης, γνωσιακής λειτουργίας, αντίληψης, και ομιλίας
- Παραμονή συμπτωμάτων τουλάχιστον για 24 ώρες

Με τις δημιουργικές δραστηριότητες θέλουμε να πετύχουμε:

- Ενίσχυση του επιπέδου συνείδησης

- Ενίσχυση της αίσθησης της κίνησης των άνω άκρων και της αδρής κίνησης (εξαρτάται από τη δραστηριότητα που θα επιλεγεί)
- Ενίσχυση της ομιλίας με το γύρω κόσμο με ομαδική δημιουργική δραστηριότητα

Ημιπληγία

Η ημιπληγία είναι η σπαστική παράλυση της μιας πλευράς του σώματος και εκδηλώνεται στο αντίθετο ημιμόριο από αυτό της βλάβης. Τα κύρια συμπτώματα της βλάβης αυτής είναι:

- Αδυναμία κίνησης των άκρων
- Αδυναμία κίνησης των μυών στη μία πλευρά του σώματος
- Παράλυση στους εγγύς μύες
- Αδυναμία αίσθησης των εξωτερικών ερεθισμάτων

Με τις δημιουργικές δραστηριότητες θέλουμε να πετύχουμε:

- Ενδυνάμωση των μυών των άνω άκρων (αναλόγως της βλάβης)
- Ενδυνάμωση των μυών από την ημιπληγική πλευρά
- Ενεργοποίηση των συνεργών και γύρω μυών της περιοχής και αποφυγή ή καθυστέρηση ατροφίας τους
- Ενίσχυση της αίσθησης των εξωτερικών ερεθισμάτων με χρήση αισθητηριακών πληροφοριών από το περιβάλλον

Υποτονία – Υπερτονία

Οι μύες του ανθρώπινου σώματος βρίσκονται σε συνεχή μυϊκή σύσπαση. Δεν είναι δηλαδή εντελώς χαλαροί, ακόμη και όταν βρίσκονται σε αδράνεια. Το φαινόμενο αυτό ονομάζεται μυϊκός τόνος. Υποχωρεί μόνο στη φάση του ύπνου (REM). Η αύξηση του μυϊκού τόνου λέγεται υπερτονία, ενώ η ελάττωσή του λέγεται υποτονία. Ο μυϊκός τόνος είναι απαραίτητος για την όρθια στάση. Άλλοι όροι που αναφέρονται είναι η δυστονία, η δυσκαμψία κ.α.

Τα χαρακτηριστικά είναι:

- Σπαστικότητα
- Ακαμψία
- Χαλαρός μυϊκός τόνος στην υποτονία
- Υψηλός μυϊκός τόνος στην υπερτονία
- Στην υπερτονία υπάρχει μειωμένο εύρος κίνησης, απώλεια ισορροπίας, πόνος κ.α.
- Στην υποτονία υπάρχει μυϊκή αδυναμία, τα πόδια είναι αδύναμα κ.α.

Με τις δημιουργικές δραστηριότητες θέλουμε να πετύχουμε:

- Ενδυνάμωση των μυών και ομαλοποίηση μυϊκού τόνου

- Βελτίωση της ισορροπίας με δημιουργικές δραστηριότητες, όπως χορός, θέατρο κ.α.
- Βελτίωση της ευκαμψίας των μυών και αρθρώσεων με δραστηριότητες όπως πηλός, πλαστελίνη κ.α.