

# Osnovni koncepti okupacione terapije Središnji koncepti okupacione terapije u mentalnom zdravlju

## okupaciona analiza i analiza aktivnosti

Sylvie Meyer, Erg., MSc. SI

Viši asistent, šef Odsjeka za okupaciona terapija

Anne-Catherine Pfister, Erg

Samostalni okupacioni terapeut za mentalno zdravlje

# Ciljevi

-  Steći osnovno razumijevanje ciljeva okupacione terapije
-  Razviti okupaciono viđenje situacija klijenata
-  Utvrditi okupacije prikladne za korištenje pri intervenciji
-  Razumjeti koncept aktivnosti u terapiji
-  Koristiti tehnike analize i prilagođavanja aktivnosti

# Plan

## 1. Razumjeti okupacionu terapiju

- Definicija
- Stručne uloge
- Okupacija
- **Razmisliti o ljudskim okupacijama (Think about human occupations)**

## 2. Okupacioni problemi u kontekstu mentalnog zdravlja

- Osoba
- Okruženje
- **Problemi klijenata iz ugla okupacionih performansi (client problems as occupational performance problems)**

## 3. Intervencija

- Pomoći klijentu sa aktivnostima koje imaju veze sa okupacijom
- Analizirati i prilagoditi aktivnost
- **Odabratи, analизирати и прилагодити активности у контексту практике (choose, analyse and adapt activities int the context of practice)**

# Evaluacija



- Pokazati sposobnost za analizu i prilagođavanje neke aktivnosti
  - Odabrati realističnu aktivnost primjenjivu u praksi, koja ima veze sa klijentom
  - Izvršiti analizu etapa i postavki aktivnosti
  - Pokazati koje vještine aktivnost zahtijeva

# Definicija okupacione terapije

Okupaciona terapija je zdravstvena praksa orijentisana na klijenta koja se bavi promocijom zdravlja i dobrostanja kroz okupaciju. Primarni cilj okupacione terapije je omogućiti ljudima da obavljaju svakodnevne aktivnosti. Okupacioni terapeuti ovaj cilj postižu kroz rad sa ljudima i zajednicama na poboljšanju njihove sposobnosti da učestvuju u okupacijama koje žele ili moraju obavljati ili se to od njih očekuje. Drugi način postizanja ovog cilja je prilagođavanjem okupacije ili okruženja kako bi im se pružila bolja podrška za učešće u okupacijama.

(WFOT 2012)



swissuniversities



# Definicija



Okupaciona terapija je:

- Usmjerena na klijenta i na okupaciju
- Usmjerena na učešće u svakodnevnim aktivnostima, dakle na društvo



Okupaciona terapija kao sredstvo djelovanja koristi

- Učešće u okupacijama
- Prilagođavanje okruženja



# Stavljanje središta na klijenta

- Razumjeti njegove okupacione probleme
- Odrediti ciljeve u saradnji sa klijentom
- Razviti empatijski odnos prilikom intervencije



- Učešće u okupacijama
- Promjena fizičkog i društvenog okruženja
- Prilagođavanje ličnosti

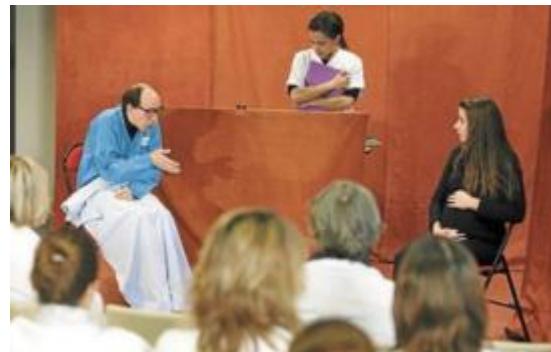
# Intervencija

**Hes-SO**

Haute Ecole Spécialisée  
de Suisse occidentale

Fachhochschule Westschweiz

University of Applied Sciences and Arts  
Western Switzerland



# Terapeut?

-  Okupacioni terapeut NE liječi klijenta putem aktivnosti
-  Okupacioni terapeut olakšava klijentu da prihvati okupacije koje pomažu u održavanju njegovog zdravlja i koje olakšavaju pronalaženje vlastitog mesta u društvu

# Uloga zdravstvenog profesionalca (Townsend i Polatajko, 2013.)

-  **Promocija zdravlja**
-  **Osmisliti intervenciju koja prilagođava aktivnost**
-  **Saradnja sa drugim zdravstvenim profesionalcima i klijentom**
-  **Komunikacija unutar zdravstvenog sistema i sa javnošću**
-  **Procjena ličnosti, okruženja, okupacija**
-  **Podrška, coaching, savjetovanje, podučavanje klijenta ili njegovih bližnjih**
-  **Poznavati tehnike prilagođavanja sredine i materijala**
-  **Savjetnik za rad sa institucijama**
-  **Organizovati i voditi samostalno svoj rad**
-  **Braniti interese klijenta**
-  **Pomoći klijentu u osamostaljivanju**
-  **Biti profesionalac i istraživač koji unapređuje svoju struku**

# Okupacija osnovni koncept okupacione terapije

-  Ono što „mi” radimo u životu: samozbrinjavanje, odgoj djece, društvene aktivnosti, kućanske obaveze, posao, edukacije, hobiji
-  Kulturno određene, ali i jedinstvene
-  Potrebne, obavezne, željene (Wilcock, 2015.)
-  Daju strukturu vremenu i zauzimaju prostor
-  Daju smisao životu, omogućavaju učešće u društvu, pripadnost svom okruženju
-  Formiraju identitet

(AOTA, 2014.; Boyt Schell, Gillen i Scaffa, 2013.; Wilcock, 2015.)

# Vježba: moje okupacije

Hes-SO

Haute Ecole Spécialisée  
de Suisse occidentale

Fachhochschule Westschweiz

University of Applied Sciences and Arts  
Western Switzerland



Razmisliti o sadržaju svog dana i sedmice i to nabrinu zapisati (15 min) Think about the content of one's own day and week and quickly write it



O tome razgovarati u grupi od 4 ili 5 osoba kako bi se uočile razlike (30 min) discuss in group of 4 or 5 about what you have written to perceive differences

# Vježba: moje okupacije

-  Razmisliti o sadržaju svog dana i sedmice
-  Učesnici u grupama iznose nekoliko elemenata (*return from the groups and discuss what we can find*)
-  Pokazati da tu nalazimo (*show that there is*):
  - Okupacije (područja, navike i izuzetke, paralelne okupacije, idiosinkreze) *domain of occupation, habits and exceptions, specificity...*
  - Osobe (porodica, kolege, prijatelji, susjedi) ko-okupacije *(persons, social environment, co-occupations)*
-  Pokazati da to navodi na razmišljanje o (*show that we can then think about*)
  - Identitetu za druge i za sebe (*identity for oneself and others*)
  - Balansiranju sa okupacijama (*balance of occupations*)
  - Okupacionim problemima i prilagođavanju (*occupational problems and adaptation*)

# Osoba- okruženje- okupacija

Okupacije mijenjaju osobu

Osoba svojim  
okupacijama mijenja  
vlastito okruženje



# Osoba- okruženje- okupacija

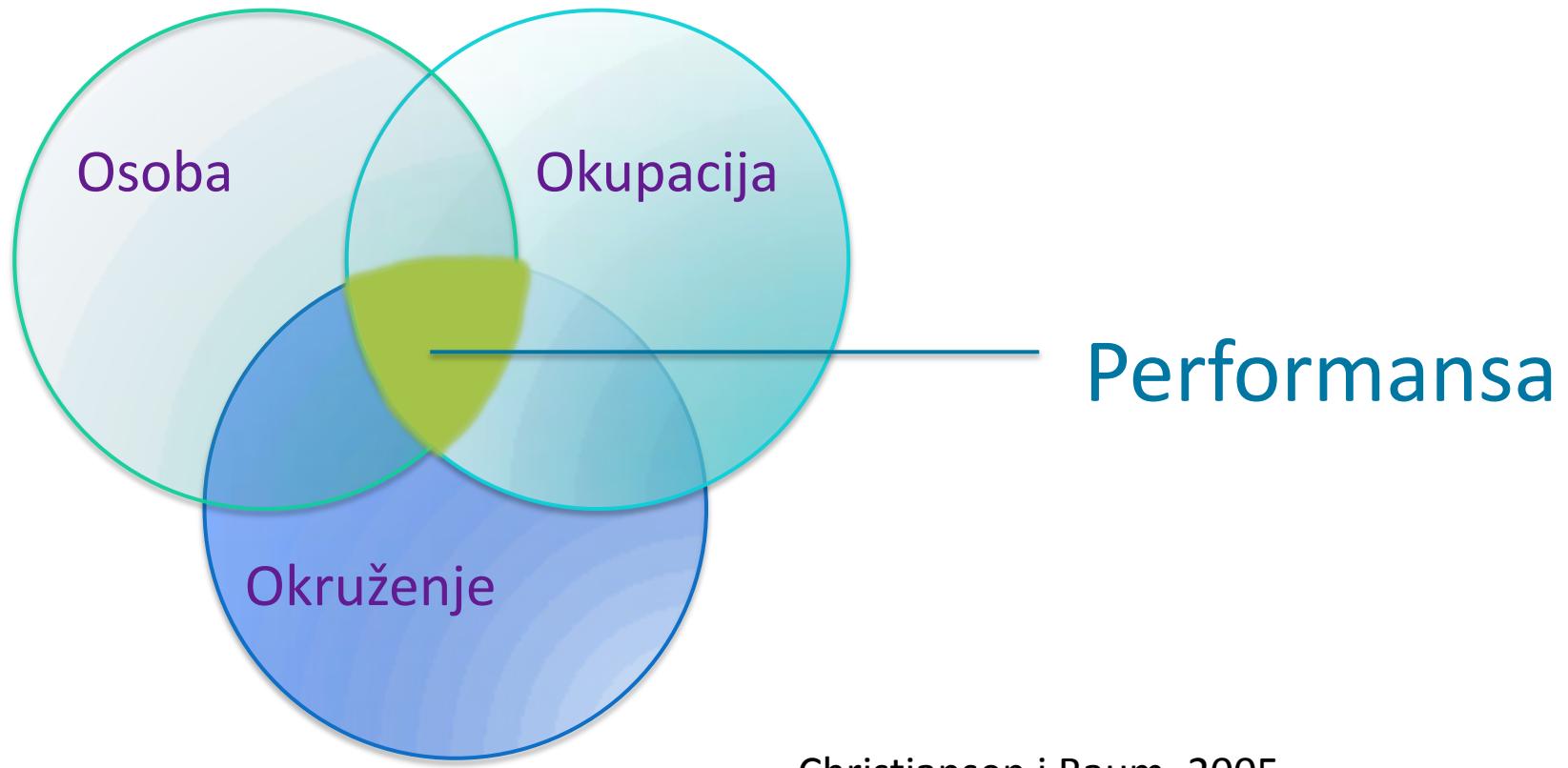
Osoba može birati  
okupacije



Okruženje otežava ili  
olakšava djelovanje  
osobe



# Osoba- okruženje- okupacija



Christiansen i Baum, 2005.

# Performansa

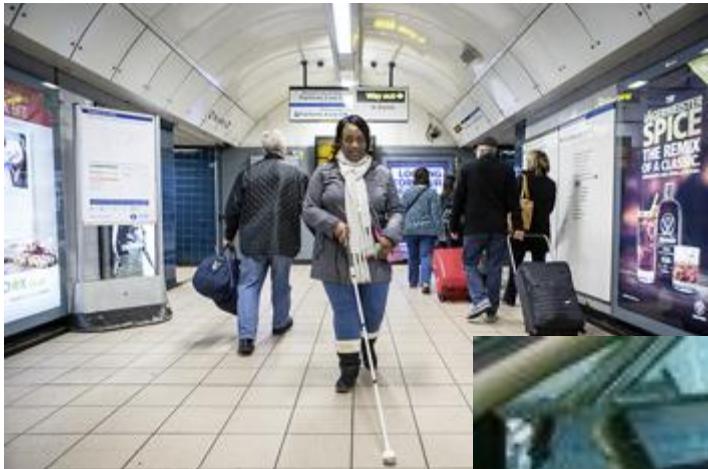


Odabratiti, organizovati i sprovesti okupaciju (Meyer,  
2013.)



# Okupacija i okupaciona terapija

- 
- Indikacija za okupacionu terapiju je **okupaciona disfunkcija**
    - Klijentu (osobi, grupi ili zajednici) je teško (nemoguće, neučinkovit, spor, mučno, nesiguran...) odabratи, organizovati, otpočeti, sprovesti, dovršiti, ocijeniti okupacije koje želi, mora ili je prinuđen obavljati, zbog karakteristika svojih sposobnosti (motoričkih, perceptivnih, kognitivnih, društvenih) i/ili zbog okruženja (fizičkog, društvenog, vremenskog, kulturnog, ekonomskog, političkog)



seitiversitätsnissw



# Vježba: okupaciona disfunkcija

-  Primjer klijenta kod Anne-Catherine Pfister
  - Koje su okupacije koima se želi, mora ili treba baviti, a koje mu predstavljaju problem
-  Kako objasniti te disfunkcije
  - Okruženje
  - Osoba

# Vježba: okupaciona disfunkcija

-  Primjeri situacija koje daju studenti (jedna osoba izlaže, zatim brainstorming)
  - U čemu se ogleda okupaciona disfunkcija?
-  Kako objasniti te disfunkcije
  - Okruženje
  - Osoba

# Okruženje

-  Vanjski, fizički, sociokulturološki i vremenski faktori koji utiču na performansu (Meyer, 2013.)
-  Dimenzije se preklapaju, nijedan element iz okruženja ne pripada samo jednoj dimenziji
  - Semafor je element fizičkog, ali i društvenog i kulturnog okruženja



# Okruženje

Okruženje ima opipljive i konkretne, ali i apstraktne osobine

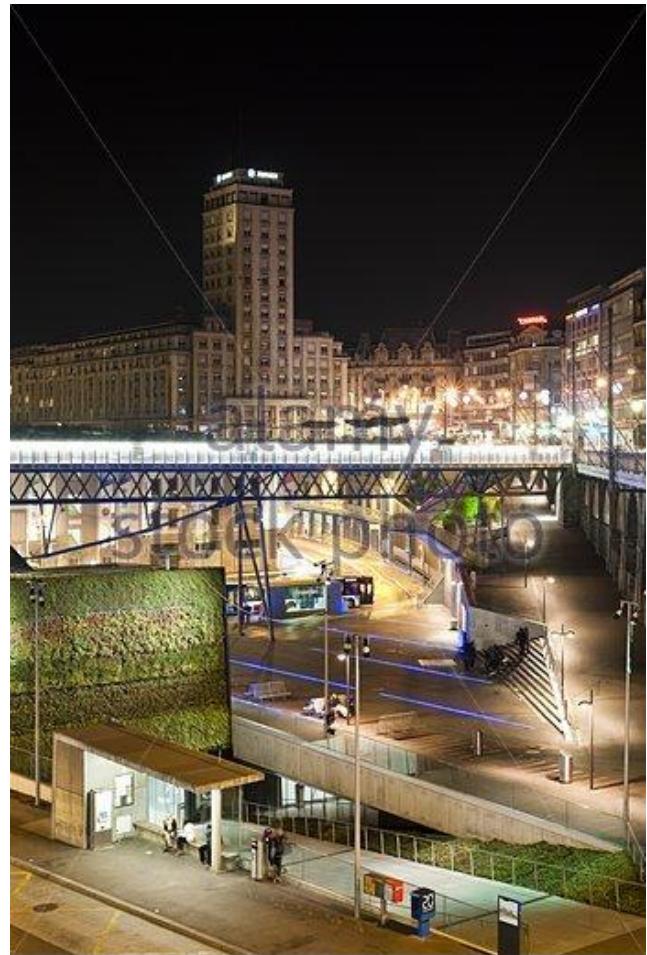
- Zvuk automobilske sirene i njegovo značenje

Okruženje je djelimično unutrašnje

- Naučene društvene konvencije



# Okruženje se mijenja



[www.alamy.com](http://www.alamy.com) - F0A5G1

# Osoba

-  Osoba ima okupacione sposobnosti i okupacioni identitet (Kielhofner, 2008.)
-  Osoba posjeduje unutrašnju dinamiku koja je tjelesna djelovanje: motivaciju
-  Osoba ima tjelesne funkcije i posjeduje vještine

# Funkcije

-  Funkcija je fizički ili mentalni mehanizam osobe koji određuje okupacionu performansu
-  Funkcije pripadaju anatomskim sistemima i strukturama (AOTA, 2014.; OMS, 2001.)

|                                                                                           |                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>1. Mentalne funkcije</b>                                                               | <b>1. Tkiva nervnog sistema</b>                                 |
| <b>1. Mentalne funkcije</b>                                                               | 1. Tkiva nervnog sistema                                        |
| <b>1. Čulne funkcije i bol</b>                                                            | 2. Oko, uho i pripadajuća tkiva                                 |
| <b>1. Funkcije glasa i govora</b>                                                         | 3. Tkiva vezana za glas i govor                                 |
| <b>1. Funkcije kardiovaskularnog, hematopoetskog, imunološkog i respiratornog sistema</b> | 4. Tkiva kardiovaskularnog, imunološkog i respiratornog sistema |
| <b>1. Funkcije probavnog, metaboličkog i endokrinog sistema</b>                           | 5. Tkiva vezana za probavni, metabolički i endokrini sistem     |
| <b>1. Urogenitalne i reproduktivne funkcije</b>                                           | 6. Tkiva vezana za urogenitalni trakt                           |
| <b>1. Funkcije lokomotornog aparata</b>                                                   | 7. Tkiva vezana za kretanje                                     |
| <b>1. Funkcije kože i vezivnih tkiva</b>                                                  | 8. Koža i vezivna tkiva                                         |

# Vještine

-  Sposobnosti stečene iskustvom koje omogućavaju učinkovitost (Meyer, 2013.)
  - Mogu se vježbati
-  Vještine (*performance skills*) su primjetni elementi djelovanja koji imaju funkcionalan cilj (AOTA, 2014.)
  - Potrebna je kombinacija više vještina da bi se obavila neka aktivnost
-  Vještine ovise o okruženju
  - Ne mogu se pobrojati, nego svrstati u odgovarajuću kategoriju, jer se mijenjaju prema zahtjevima okruženja

# Odnos osoba- okupacije- okruženje

Hes•SO

Haute Ecole Spécialisée  
de Suisse occidentale

Fachhochschule Westschweiz

University of Applied Sciences and Arts  
Western Switzerland

-  Zahtjevnost aktivnosti utječe na performansu
-  Okruženje djeluje na osobu tjerajući je da djeluje ili razmišlja na određeni način
-  Okruženje osobi pruža mogućnosti i izazove
-  Okruženje otežava ili olakšava performansu

# Kategorije vještina (AOTA, 2014.)



## Proceduralne ili kognitivne

- Razlikovati okuse hrane
- Zauzeti ispravan položaj pri preskakanju prepreke
- ...



## Vještine društvene interakcije

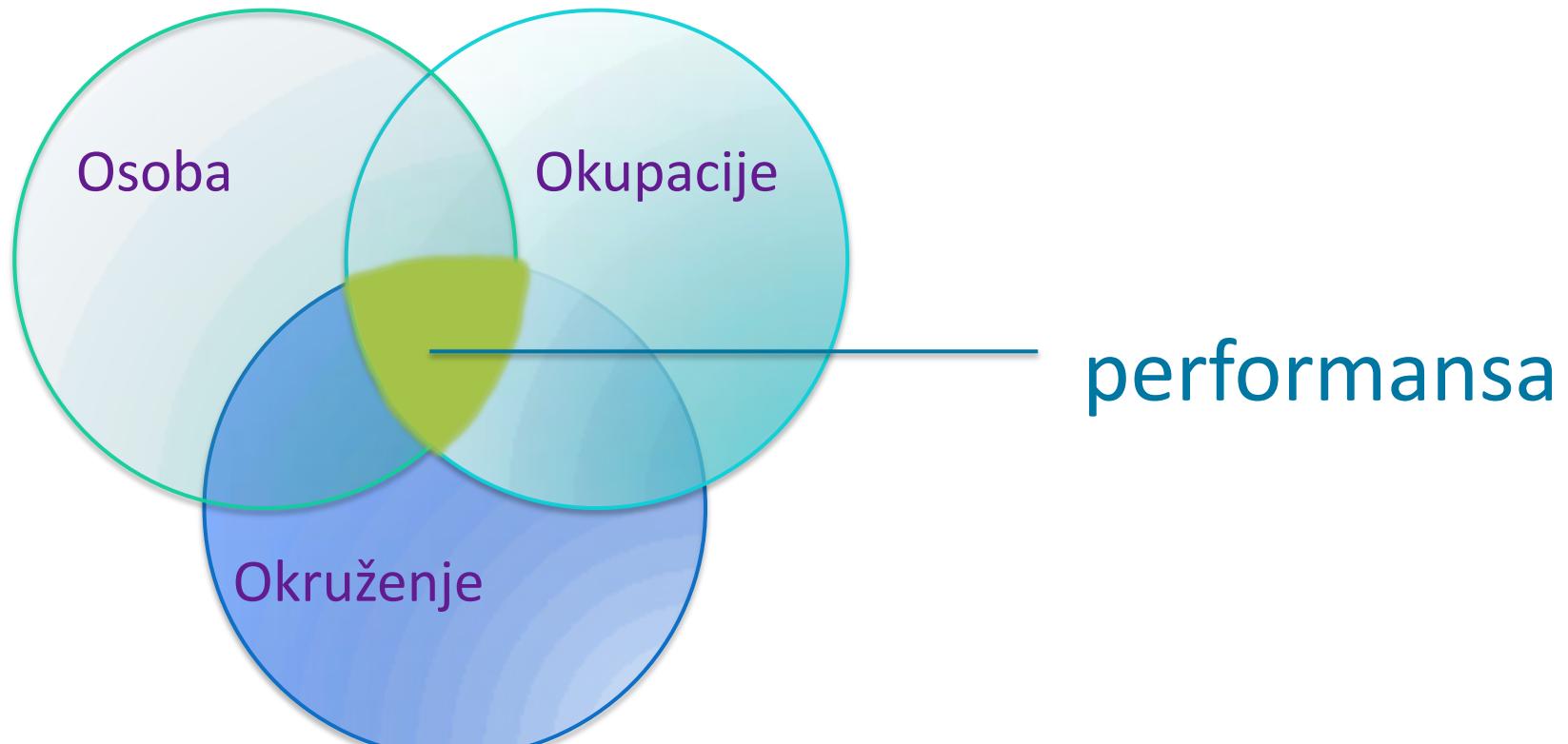
- Zahvaliti se
- Na prihvatljiv način izraziti emocije
- ...



## Motoričke

- Održati ravnotežu prilikom tuširanja
- Koristiti ključ za paljenje auta
- ...

# Intervencija u okupacionoj terapiji



Christiansen Baum, 2005.

# Intervencija u okupacionoj terapiji

-  Promišljati o okupacijama
-  Predlagati aktivnosti koje pomažu u obavljanju okupacija
-  Osmisliti aktivnosti koje zahtjevaju korištenje funkcija ili sposobnosti





# Aktivnost

Hes•SO

Haute Ecole Spécialisée  
de Suisse occidentale

Fachhochschule Westschweiz

University of Applied Sciences and Arts  
Western Switzerland

-  „Strukturirani niz radnji ili zadataka koji se može poreediti s okupacijama (Meyer, 2013.).
-  Operativna definicija korisna u pružanju njege
-  Ovako definisana aktivnost je privilegovani instrument okupacione terapije

# Aktivnosti imaju značenje u terapiji

-  Klijent razumije kakvo značenje imaju aktivnosti predložene u terapiji u odnosu na njegove poteškoće
-  Klijent u predloženom vidi korist za svoje okupacije ili svoj život
-  Predložene aktivnosti omogućavaju klijentu da razvije namjerne radnje

# Karakteristike aktivnosti

-  Aktivnosti imaju veoma raznolike karakteristike
  - Strukturalne (etape), pojavne (zauzimaju vrijeme i mjesto)
-  Aktivnosti zahtijevaju sposobnosti i znanja
  - fizičke, kognitivne, društvene, emocionalne prirode
-  Izvođenje neke aktivnosti izaziva ili je popraćena posljedicama
  - fizičke, kognitivne, društvene, emocionalne prirode
-  Aktivnosti postoje u okruženju
  - Fizičkom, društvenom, kulturnom

# Analiza aktivnosti

-  Prikazivanje sastavnih dijelova aktivnosti koji utječu na način kako je odabrana, organizovana i ostvarena u interakciji sa okruženjem (Meyer, 2013.)
-  Analiza omogućava terapeutu da odredi terapijski potencijal neke aktivnosti i da ponudi onu koja je najprikladnija za klijenta

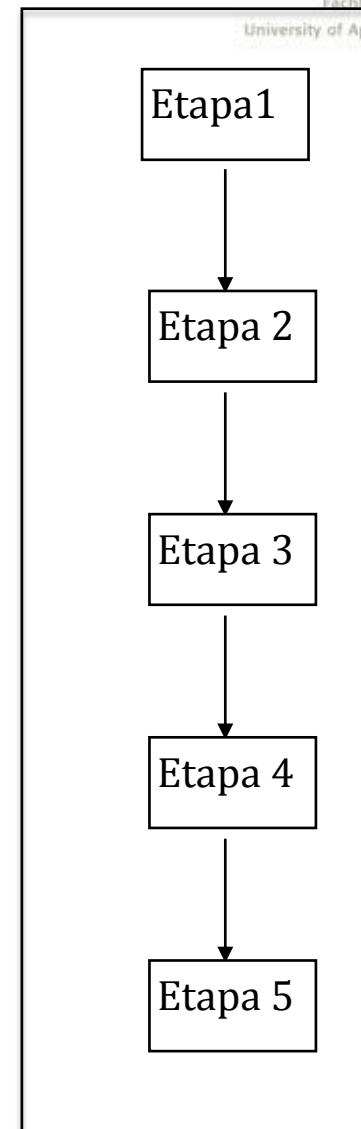
# Analizirati aktivnost

1. **Analiza etapa**, predmeta i njihovog rasporeda, ukupno trajanje i trajanje etapa koje su potrebne za uspješno sprovođenje aktivnosti na društveno prihvatljiv način.
2. **Analiza zahtjeva aktivnosti:** odlike aktivnosti i postavki koje utiču na vrstu truda (koje sposobnosti, koje tjelesne funkcije) potrebnu da se ona sprovede (Heather, 2015.)

# 1. Analiza aktivnosti (Thomas 2015.)

-  Etape
-  Materijal ili predmeti, osobe
-  Raspored materijala ili predmeta, mjesto osoba
-  Društvena pravila koja usmjeravaju sprovođenje aktivnosti

# Etape aktivnosti



# Materijal



 Mljevena kafa

 Filter

 Posuda za filter

 Bokal

 Kuhalo

 Vruća voda

 Kašika

# Materijal



1. A Staviti filter u posudu za filter
1. B Staviti kafu u filter
2. A Staviti posudu sa filterom na bokal
2. B Preliti kafu vrućom vodom
3. Promiješati
4. Čekati

# Analizirati aktivnost

| <b>Naziv zadatka (dati što je moguće precizniji naziv)</b>                     |                                                                                                                                  |                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| <b>Pobrojavanje etapa, hronologija i vremenske odlike</b>                      | Postavke: predmeti i osobe, te njihov raspored u okruženju                                                                       | Opis etapa                                                  |
| <b>Odabrati stepen preciznosti u zavisnosti od situacije.</b>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Predmeti koji se koriste, njihove odlike i broj korištenja.</li> </ul>                  | Opis etapa koje nisu dovoljno razumljive prilikom nabranja. |
| <b>Označiti etape brojevima i koristiti aktivne glagole kada je to moguće.</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alternativni predmeti koji se mogu koristiti (materijali i instrumenti)</li> </ul>      | Eventualno šematski prikaz                                  |
| <b>Jasno naznačiti početak i kraj.</b>                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Raspored neposrednog okruženja i eventualne izmjene tokom zadatka.</li> </ul>           |                                                             |
| <b>Jasno naznačiti trenutke čekanja i njihovu dužinu.</b>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Moguće izmjene u rasporedu postavki koje dovode do istog krajnjeg rezultata.</li> </ul> |                                                             |
| <b>Dodati alternative za etape.</b>                                            |                                                                                                                                  |                                                             |

# Primjer analize etapa

| Ugrijati vodu za čaj |                        |  |
|----------------------|------------------------|--|
| Etape i alternative  | Postavke i alternative |  |
| 1.                   |                        |  |
| 2.                   |                        |  |
| 3.                   |                        |  |
| 4.                   |                        |  |
| 5.                   |                        |  |
| 6.                   |                        |  |

# Vježba

-  Svako odabira jednu od aktivnosti koje se obično predlažu klijentima i analizira njene etape prikazujući materijal i njegov raspored (Each takes an activity usually proposed to clients and analyse the steps, highlight equipment and its organization)
-  Kako se sprovodi aktivnost? Šta se koristi? Gdje? S kim? This answer to questions how, with what and whom, where

# Funkcija analize etapa

-  Procijeniti dužinu aktivnosti i raznolikost ili ponavljanje etapa
-  Odrediti početak i kraj aktivnosti
-  Odrediti postavke (materijal, predmet, raspored)
-  Odrediti utjecaj drugih osoba
-  Zamisliti više načina da se ostvari aktivnost sa razlikama u strukturi (etape, postavke)
-  Pripremiti se za posmatranje etapa koje klijent prati, šta mu predstavlja poteškoću
-  Pripremiti se za posmatranje kako klijent prilagođava etape i postavke

# Funkcija analize etapa

-  Prilagoditi aktivnost korisniku uklanjanjem neke etape ili unoseći izmjene u način njenog sprovođenja
-  Prilagoditi aktivnost korisniku unoseći izmjene u etapu promjenom materijala ili njene organizacije
-  Prilagoditi aktivnost djelujući na društveno okruženje
-  Naći odgovarajući način da se pokaže korisniku kako postupati
-  Naći odgovarajuću aktivnost za postizanje terapijskog cilja

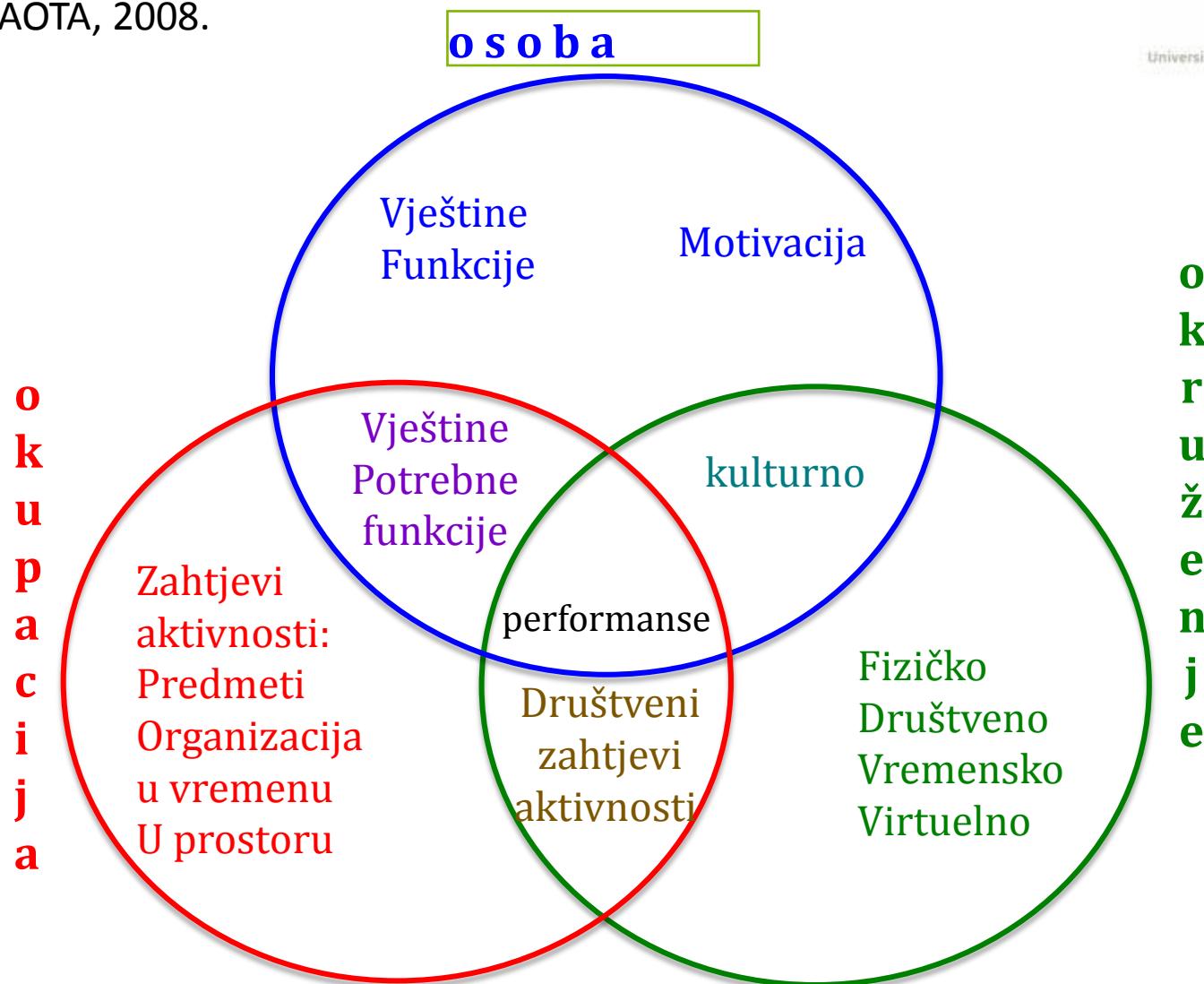
## 2. Analizirati zahtjeve aktivnosti



Razne  
vještine



Isječak iz AOTA, 2008.



# Analyze aktivnosti



Pitati kako doći negdje

1. Zaustaviti nekog prolaznika

- Usuditi se (emocija)
- Prići (fizička i društvena)
- Obratiti se (društvena)
- Gledati osobu (društvena, fizička)

2. Sročiti pitanje

- Izraziti se (društvena, kulturna, kognitivna)
- Objasniti (kognitivna)
- Gestikulisati (društvena, kulturna)

3. Saslušati odgovor

- Razumjeti objašnjenje (kognitivna, perceptivna)
- Prihvati (društvena)
- Zahvaliti (društvena)

# Etape analize aktivnosti

1. Obaviti analizu etapa
2. Zapamtiti funkcije i sposobnosti koje su relevantne za klijentovu situaciju
3. Za svaku zapamćenu sposobnost ili funkciju iskazati u kojoj etapi se koriste
4. Opisati učešće različitih sposobnosti
5. Navesti kako se mogu prilagoditi etape kako bi se smanjila/povećala upotreba svake od funkcija ili sposobnosti

# Funkcije i vještine

## Analiza raspoloživih ličnih karakteristika

**Aktivnost:**

| <b>Funkcija/<br/>sposobnost</b>               | Stepen korištenja funkcije/<br>sposobnosti |      |      |       | Opis upotrebe<br>funkcije/<br>sposobnosti u<br>različitim etapama | Moguća<br>prilagodba |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------|------|------|-------|-------------------------------------------------------------------|----------------------|
|                                               | Bez                                        | Min. | Umj. | Maks. |                                                                   |                      |
| Društvena<br>(odnos prema<br>drugima)         |                                            |      |      |       |                                                                   |                      |
| Emocionalna                                   |                                            |      |      |       |                                                                   |                      |
| Kognitivna<br>(razmišljanje,<br>organizacija) |                                            |      |      |       |                                                                   |                      |
| Fizička (kretanje,<br>izdržljivost,<br>snaga) |                                            |      |      |       |                                                                   |                      |

# Funkcija analize aktivnosti

-  Utvrditi terapijski potencijal koji bi aktivnost mogla imati, prikazujući lične raspoložive karakteristike(funkcije i sposobnosti) koje će ona pokrenuti ili zahtijevati u različitim etapama.
-  Pripremiti praćenje sposobnosti i funkcija osobe koja će sprovesti aktivnost.
-  Prilagoditi etape raspoloživim ličnim karakteristikama koje treba trenirati ili izbjegavati.
-  Zamisliti razne aktivnosti koje zahtijevaju iste raspoložive lične karakteristike

# Vježbe



## Primjer koji je pripremila Anne-Catherine (Exemple from Anne Catherine)

- Izabrati aktivnost i pokazati šta je za nju potrebno (she will choose an activity and show its demands)
- Pokazati na koji način je ta aktivnost prilagođena potrebama klijenta (the she will show activity adaptation)
- Pokazati kako je tokom odvijanja terapije ta aktivnost gradirana (usložnjena) ili kako ona vodi do drugih aktivnosti koje zahtijevaju iste karakteristike, ali na nekom drugom nivou ili pak dodaju neke druge zahtjeve (the she will then show grading and sequencing activity)

# Vježba

-  Studenti obavljaju istu vrstu vježbe tako što biraju aktivnost i klijenta (students do the same with an activity an a client )
-  Grupe od 4-5 studenata upoređuju analize i razmjenjuju ideje za prilagođavanje, usložnjavanje i prelaz na druge aktivnosti (in groups they discuss their ideas about activity adaptation, grading and sequencing)

## Reference

- American Occupational Therapy Association (2014.). *Occupational therapy practice framework: domain and process* (treće izdanje). American Journal of Occupational Therapy, 68 (dodatak 1), S1-S48
- Boyt-Schell, B., G. Gillen, G., i Scaffa, M. (2013.). (Eds.). *Willard and Spacksman's occupational therapy* (12. izdanje). Philadelphia, PA: Lippincott, Williams i Wilkins.
- Christiansen, Ch., Baum, C., i Bass-Haugen, J (Eds.). (2015.). *Occupational therapy performance, participation and well-being* (4. izdrujanje). Thorofare : Slack.
- Bryant, W., Fieldhouse, J. i Bannigan K. (2014.). *Creek's Occupational therapy and Mental Health* (5. izdanje). Elsevier Health Sciences.
- Kielhofner, G. (2008.). *Model of human occupation: theory and application* (4. izdanje). Baltimore, MD : Williams and Wilkins.
- Meyer, S. (2013.). De l'activité à la participation. Bruxelles: De boeck.
- Organisation mondiale de la santé. (2001.). *CIF: Classification internationale du fonctionnement, du handicap et de la santé*. Genève: autor.
- Thomas, H. (2012.). *Occupation-based activity analysis*. Thorofare, NJ: Slack incorporated.
- Townsend, E. i Polatajko, H. (2013.). *Habiliter l'occupation: faire avancer la perspective ergothérapique de la santé, du bien-être et de la justice par l'occupation*. Ottawa: Association Canadienne des Ergothérapeutes.
- Wilcock. A. (2015.). *An occupational perspective of health* (3. izdanje). Thorofare: Slack Universities