

## **SUBOTA, 28. maj 2016.**

### **VJEŽBA 5. 7. Praktična vježba: 14:00h-15:30h**

#### **Razvoj programskog plana**

Usredotočite se na sljedeće vježbe:

- Postavljanje ciljeva
- Doziranje i dijeljenje aktivnosti na etape
- Prilagođavanje okruženja

Za svaku etapu ove vježbe različite grupe mogu imati različite odgovore. Ne oklijevajte da razmotrite razne mogućnosti, da podstaknete studente na raspravu.

#### **Vježba u grupi kako bi se raspravljalo o idejama**

„Felicity je žena stara 45 godina koja živi sama u vlastitoj kući. Od bliže porodice ima sestru koja živi oko 130km od nje. Ima širok krug prijatelja i mnogo aktivnosti: čita, pleće, ide u pozorište i šeta. Trenutno radi puno radno vrijeme kao predavač na lokalnom univerzitetu. Univerzitet je nedavno reorganizovan i od nje se očekuje da mnogo više predaje. Veoma je anksiozna, osjeća stres i vjeruje da dekan na nju vrši pritisak, kako bi napustila posao, jer ona nema doktorat. Misli da ljudi pričaju o njoj, da govore kako smrdi i da joj se ne bi trebao dozvoliti pristup univerzitetu.

Njen psihijatar je šalje na bolovanje, postavlja dijagnozu depresije i upućuje Felicity okupacionom terapeutu. Pri prvoj kućnoj posjeti terapeut ustanovljava da Felicity nema jaku motivaciju da se upusti u dugotrajnu terapiju zbog osjećaja bespomoćnosti, umora i loše koncentracije. Felicity je teško ići u kupovinu, kuhati ili jesti, lična higijena joj je loša i izbjegava da se viđa sa prijateljima. Vrijeme provodi ležeći u krevetu ili razmišljajući o tome kako se grozno osjeća ili pak besciljno hoda po kući ne uspevajući da otpočne ikakvu aktivnost“

U ovoj fazi depresije, Felicity nije u stanju postaviti nikakav lični cilj, osim što želi da joj bude bolje. (Creek, 2010)

Ciljevi: razraditi u malim grupama, iznijeti rezultat pred svim studentima i dobiti povratno mišljenje

- Postaviti dugoročne, kratkoročne i srednjoročne ciljeve
- Sročiti ih na način SMART cilja
- Zamislite za ove ciljeve različite načine da se procijeni ishod s obzirom na to da li je u središtu klijent ili ne

Aktivnosti: razraditi u malim grupama, iznijeti rezultat pred svim studentima i dobiti povratno mišljenje

Zamislite aktivnosti koje možete predložiti na početku intervencije.

Kratko objasnite jednu od njih:

- Koje su njene karakteristike na početku? - Prostor, trajanje, potrebni fizički napor, potrebna pažnja i koncentracija, potrebno planiranje, potrebna komunikacija.
- Kakve poteškoće biste kao okupacioni terapeut mogli imati za vrijeme susreta?
- Na koji način biste iz susreta u susret mogli prilagoditi ove karakteristike koristeći istu aktivnost?

Etape: razraditi u malim grupama, iznijeti rezultat pred svim studentima i dobiti povratno mišljenje

Zamislite neku drugu aktivnost koju možete predložiti a koja ima neke iste karakteristike, ali na zahtjevnijem nivou, obrazložite.

Kraj intervencije: razraditi u malim grupama, iznijeti rezultat pred svim studentima i dobiti povratno mišljenje

- Zamislite aktivnost za kraj ove intervencije, neposredno prije nego što bude spremna da se vrati na posao.
- Koje su njene karakteristike?