

Značaj radne terapije kod djece s teškoćama u razvoju

Radni terapeuti su zdravstveni djelatnici koji su obrazovani da kroz radnoterapijski proces pomažu osobama koje iz određenih razloga (bolest, ozljeda, smetnje u razvoju, starost, neadekvatna okolina...) imaju teškoće u obavljanju svakodnevnih aktivnosti. Radni terapeut koristi svrsishodne aktivnosti dnevnog života kao terapijski medij. Da li pomažući starijoj osobi da se nauči počestljati, djetetu da kroz igru razvija sposobnosti, majci da pripremi jelo, radniku da rukuje s opremom, radni terapeut podučava osobe životnim vještinama.

Cilj radne terapije je facilitiranje izvođenja svakodnevnih aktivnosti i poboljšanje kvalitete života. Radno terapijska intervencija kod djece s teškoćama može uključivati:

- učenje i uvježbavanje izvođenja aktivnosti samozbrinjavanja (hranjenje, oblačenje, higijena, kupanje, transferi)
- učenje i uvježbavanje produktivnih aktivnosti (vrtićki i školski zadaci, igra)
- učenje i uvježbavanje aktivnosti u zajednici (mobilnost)
- izrada pomagala za obavljanje aktivnosti dnevnog života
- vizualno-perceptivni i kognitivni trening
- senzorna stimulacija i senzorička integracija
- istraživanje interesa i aktivnosti slobodnog vremena
- savjeti i upute vezane za prilagodbu okoline u kojoj osoba funkcionira
- razvijanje socijalnih vještina i grupne interakcije
- korištenje kreativnih i ekspresivnih tehnika u terapijske svrhe

(Hrvatska udruga radnih terapeuta)

Medij koji radni terapeut koristi u djece s teškoćama u razvoju jeste igra. Igra kao aktivnost potiče djecu na spontani razvitak vještina, a uz svoju terapijsku vrijednost, zabavna je i motivirajuća. U nastavku teksta prezentirati će se neke od područja gdje radni terapeut može doprinjeti razvoju djeteta.

Trening svakodnevnih aktivnosti

U fazi kada dijete postigne sposobnost ruku, tj. kada motorika dovoljno sazrije, vrijeme je za trening svakodnevnih aktivnosti. Bez obzira na stupanj samostalnosti djeteta u svakodnevnim aktivnostima, potrebno ih je provoditi kao bi se postigao osjećaj i automatizacija pokreta. Dijete može i pasivno sudjelovati u treningu te s puno strpljenja može doći do više faze funkcionalnosti.

Trening aktivnosti jednostavna je i jako korisna metoda kojom se može postići najveća moguća samostalnost i funkcionalnost djeteta a pritom je i zabavna aktivnost. Djetetu se ništa ne nameće i uči se kroz priču i igru, tako su i dalje navedene aktivnosti dio igre a ne klasični treman.

Trening aktivnosti svakodnevnog života se odvija po točno zadanim koracima:

1. ODLUČIVANJE ŠTO ŽELITE DA DIJETE NAUČI

Potrebno je precizno i opširno odlučiti koji je željeni rezultat treninga:

Npr. *Dijete treba samostalno oprati ruke nad slivnikom upotrebljavajući tekući sapun*

2. PODJELITI AKTIVNOST NA MANJE KORAKE

- Npr. **Pranje ruku :**
1. *otvori hladnu vodu*
 2. *otvori toplu vodu tako da postigne željenu temperaturu*
 3. *doseže s dvoje ruke do spremnika tekućeg sapuna*
 4. *s jednom rukom stiska sapun a drugu postavlja ispod pipca*
 5. *trlja rukama sapun i stvara sapunicu*
 6. *trlja rukama i stavlja obje šake pod vodu*
 7. *ispire ruke vodom*
 8. *zatvara vruću*
 9. *zatvara hladnu vodu*

3. POZICIONIRANJE I ADAPTACIJA PROSTORA I PRIBORA

Potrebno je omogućiti okolinu primjerenu mogućnostima djetetu. Prilagoditi prostor u kojem se trening provodi te prilagoditi pribor koji će se koristiti.

Primjerice:

- a) *ako dijete pri treningu aktivnosti pranja ruku ne može stajati potrebno je osigurati stolicu dovoljno visoku za doseganje slavine koja će biti stabilna te mu podržavati leđa.*
- b) *ocjeniti što je djetetu lakše koristiti- obični sapun ili s prilagodbom, tekući sapun na pritiskanje ili na stiskanje .*
- c) *omogućiti djetetu slavinu na okretanje, podizanje ili stiskanje, zavisno od mogućnosti*
- d) *procjeniti razinu pomoći koja je djetetu potrebna*

4. VIDJETI KOJE KORAKE DIJETE POZNAJE

Kako roditelj najbolje poznaje mogućnosti svoga djeteta potrebno je procjeniti koje korake dijete već provodi te na njih ne trošiti posebno vrijeme i energiju djeteta, te koncentriranje na potrebne aktivnosti.

5. ODLUČIVANJE O ZNAKU

Znak je način poticanja djeteta pri izvedbi koji se koristi kada djete ne zna što bi trebalo učiniti . Postoje tri vrste znakova: VERBALNI, FIZIČKI, PREDMETNI. U početku treninga potrebno je koristiti sve vrste znakova, ali kako dijete napreduje, tak verbalni znakovi postaju primarni.

a) **VERBALNI** znakovi- verbalna uputa tijekom provedbe : *Npr. Filipe dosegni sapun*

b) **FIZIČKI** znakovi- fizička pomoć i vođenje pri provedbi:
Npr. Primimo dijete za ruku i nježno je uputimo ka sapunu

c) **PREDMETNI**- upotreba predmeta kao cilja s svrhom poticanja aktivnosti
Npr: roditelj stiska sapun kako bi dijete samo za njim poseglo

6. DOGOVORENI POTICAJ KAO NAGRADA

Zajednički osmisliti i držati se dogovorenog, kako nagraditi uspješan završetak aktivnosti.
Npr. Igranje i prskanje s vodom nekoliko minuta nakon pranja ruku

Primjeri dobrih strategija

- kod oblačenja možemo koristiti lutku koje će dijete oblačiti i svlačiti i pritom govoriti što radi
- Drugi je način da roditelj skida ili oblači lutku a dijete istodobno oblači ili skida odjeću oponašajući roditelja.
- Kod treniranja pranja zubi potrebno je pronaći omiljenu pjesmicu djeteta koju će dijete pjevušiti u sebi te mora prati zube dok ne odpjeva cijelu pjesmicu.

(Terapijska intervencija kroz igru, Šimunović, Škrbina, 2004)

Fina motorika

Razvoj fine motorike kritično je za razvoj funkcionalnih vještina, uključujući samozbrinjavanje i školske zadatke. Vještine fine motorike djetetu omogućuje rezanje, pisanje, crtanje te sudjelovanje u svim aktivnostima. Djeca s teškoćama u finoj motorici imaju smanjenu mogućnost korištenja i kordinaciju malih mišićnih skupina ruke. Navedeno može ograničiti njihovo sudjelovanje u školskim aktivnostima i razvoju vještina samozbrinjavanja. Djeca koja imaju problema s finom motorikom, izbjegavaju aktivnosti kao što su rezanje, bojanje, zakopčavanje, pisanje- na što ih treba poticati kroz sustavni trening. Neke od aktivnosti koje radni terapeut može upotrebljavati su:

- ✓ Upotreba gline, plastelina i ostalih masa za modeliranje
- ✓ Upotreba škara po ravnoj i valovitoj crti, škljocanje
- ✓ Gradnja tornja od minimalno 5-6 kockica
- ✓ Okretanje stranica
- ✓ Upotreba manjih predmeta za manipuliranje
- ✓ Puzzle, minimalno 4 dijela
- ✓ Upotreba pribora za crtanje i slikanje, precrtavanje i crtanje jednostavnih oblika, bojanje unutar crta
- ✓ Upotreba posudica s poklopcima, čepovima i zatvaračima, štipaljke
- ✓ Presavijanje i trganje papira
- ✓ Upotreba tipkovnice i računalnih programa
- ✓ Nizanje, ljepljenje
- ✓ Zakopčavanje i odkopčavanje odjeće
- ✓ Upotreba i obrada raznih površina

Samozbrinjavanje

Uz dobro isplanirani trening aktivnosti samozbrinjavanja, djeca s poteškoćama u održavanju stabilnosti i funkcionalnosti, trebaju određene preinake kako bi što samostalnije provodila aktivnosti samozbrinjavanja.

Kada

Vještina sigurnog sjedenja pri kupanju jako važna za dijete kao i za osobu koja ga kupa. Kako bi dijete postiglo što veću neovisnost biti će potrebne manje preinake:

- ✓ neklizajući materijal na dnu kade će možda biti dovoljan za osjećaj sigurnosti
- ✓ rukohvati su također preporučljivi ako dijete dovoljno koristi ruke
- ✓ ako dijete treba potporu u trupu porebno je omogućiti kutnu sjedalicu ili jednostavno odrezati dio plastične košare za veš s utorima za noge, akako je ta košara s rupama, dijete će moći uživati u vodi oko cijelog tijela

- ✓ za dijete koje se kreća prema većoj razini samostalnosti potrebno je omogućiti klupicu ili stolicu koja će olakšati transfer iz kolica u kadu

Okolina kupaonice- za djecu koja su samostalnija u kupaonici

- ❖ potrebno je omogućiti kukice ili ravnu površinu na koju će starije dijete moći odložiti odjeću te koja će mu biti na dohvat ruke
- ❖ rukavica za pranje će možda biti praktičnija od mrežice za kupanje jer neće pasti ako otpusti hvat
- ❖ lakše je primiti sapun iz fiksne plitice nego iz posudice s stranicama
- ❖ sapun je moguće postaviti između dvije gume 1 cm debljine povezane šavom, te na taj način spriječiti klizanje iz ruku i veću funkcionalnost
- ❖ nekoj djece je lakše manipulirati tekućim sapunom ako je posuda fiksirana za podlogu
- ❖ četkica za zube je jako nezgodna kod problema s hvatovima te je preporučljivo korištenje električnih četkica na bateriju. Kod takvih četkica, drška je teška i zadebljana što olakšava manipulaciju

Aktivnosti za poticanje tonusa mišićne (hipotonus i hipertonus)

- igre s lopticama:** hvatanje, bacanje, skakanje, gađanje, skakutanje s pilates loptom
- igranje s materijalima za modeliranje** (tijesto, playdow, glina, papir)
- napravite **kuglice od mokrog papira** i gađajte metu
- potičite dijete na stiskanje mekih loptica (motivirati ga možete tako da mu mjerite vrijeme)
- podizanje** manjih predmeta i stavljanje u posudu (s rukom ili drugim predmetom)

Aktivnosti za poticanje stabilnosti i kontrole u ramenu

- **oponašanje hoda životinja**-upotreba nogu i ruku
- **kolica**- legnite dijete na pod gdje se treba dignuti na ruke, dok ostatak tijela držite u zraku (u skladu s stupnjem oštećenja, držite ga za trbuh, zdjelici ili stopala)
- **upotreba igračaka** koje pružaju otpor ili za koje je potrebna snaga: materijal za modeliranje, lego kockice, twister
- **pomoć pri kuhanju**- miješanje, rolanje...
- **igranje na dječjim igralištima** – ljuljačke, ljestve i prečke (aktivno ili pasivno sudjeluje)
- **slaganje** kocki na stolu
- **dohvaćanje** hrane i čaša
- **crtanje na vertikalnoj podlozi** (vertikalne, horizontalne i poprečne)
- **brisanje prašine** s metlicom za prašinu
- **igranje pjenom za brijanje** na zrcalu, staklu ili stranicama od tuša
- **češljanje** i samostalno **pranje ruku**
- **slikanje** bojom za prste i velikim četkama
- **dodavanje** velikom loptom i balonom
- **plivanje i igranje** u vodi

Poticanje školske djece na korištenje šaka

- **zakopčavanje** gumba i zatvaranje patent-zatvarača, remena
- **zavrtanje** i **odvrtanje** slavina
- **pakiranje** i **raspakiranje** školske torbe
- rad s drvetom- **zakucavanje čavala, piljenje, glačanje**

- pješčanik- **kopanje, presipavanje pijeska, građenje**
- **udaranje** obješene loptice s valjkom

*Dario Karačić, bacc.therap.occup.
Društvo osoba s cerebralnom i dječjom paralizom Zagreb*

(Članak objavljen u brošuri "Edukacijsko terapijski kampovi", DOCIDP, 2009)