

## Ergoterapia

Dodany przez ania mama t.  
środa, 21 września 2011 21:48 -

---



Podczas którejś tam z rozmów z naszą portalową Naczelną, Kasią, opowiadałam, jak danego dnia mój synek był na ergoterapii. I oczywiście padło: ?Ania, napisz o tym na portal!?. Cóż... dobrze... ale zadanie wcale nie jest aż takie proste.

Ergoterapia jest bardzo popularną terapią tu, w Niemczech ? tak więc o wiele więcej informacji na ten temat znalazłam na niemieckiej Wikipedii, niż w jej polskim wydaniu. Poza tym, dokładnie w tej samej, polskiej Wikipedii, padają dwa określenia: ergoterapia i terapia zajęciowa. Zdaje się jednak, że ergoterapia jest częścią terapii zajęciowej.

Zanim opiszę, jak taka terapia u nas wygląda ? czyli w przypadku Tadeuszka ? przydałaby się definicja ergoterapii, tak dla ogólnego zrozumienia, bo sama sobie niespecjalnie umiałam wyobrazić, co mój synek podczas takowej może porabiać.

"Ergoterapia (gr. ergo - czynię, robię) - rodzaj psychoterapii, forma terapii wykorzystująca różne rodzaje pracy i rekreacji jako środki terapeutyczne. Zawód ergoterapeuty powstał w XX wieku w USA dzięki różnym grupom zawodowym, w tym lekarzy, pracowników socjalnych, pielęgniarek, rzemieślników i architektów.

### **Czym nie jest ergoterapia?**

W Polsce bardzo często ergoterapia definiowana jest jako "leczenie pracą" co, mimo że częściowo obrazuje techniki stosowane w pracy z chorym w ergoterapii, to nie jest kompletną definicją tej dziedziny terapii i może wprowadzać w błąd.

Ergoterapia nie jest także "leczeniem przez zajęcia plastyczne", choć często jest tak kojarzona.

### **Cel**

Celem ergoterapii jest takie leczenie chorych i niepełnosprawnych ludzi aby spełnić ich potrzeby zawodowe, socjalne tak aby znowu mogli brać aktywny udział w życiu w pełnym tego słowa znaczeniu. Terapia polega także na zachęcaniu osoby dotkniętej do brania czynnego udziału w życiu osobistym czy też społecznym oraz pokazaniu, że chory sam jest w stanie poradzić sobie z codziennością, że potrafi przeciwstawić się codziennym trudnościom i że może sobie dobrze radzić nie prosząc nikogo o pomoc będąc niezależnym.

Taka nauka niezależności daje też ogromne poczucie wartości dla chorego i pozwala spojrzeć optymistyczniej na świat. Chory przestaje obawiać się wyjścia z domu, spotkania z przyjaciółmi, wydania rodzinnego obiadu czy uprawiania hobby. Dzięki temu nie czuje się pozostawiony sam ze swoimi problemami. Ergoterapeuta ma za zadanie nie tylko leczyć, ale także radzić i wspierać.

### **Ergoterapeuta**

Ergoterapeuta ma także za zadanie zaopatrzyć chorego we wszystkie niezbędne pomoce i udzielić rad które będą użyteczne w życiu pacjenta. Takimi radami są np. jak przystosować mieszkanie aby było dopasowane do potrzeb chorego czy chociażby jak łatwiej wstawać z łóżka. Zaopatrzenie w pomoce polega na indywidualnym dobraniu urządzeń pomocnych np.

przy ubieraniu lub rozbieraniu się czy utrzymywaniu higieny osobistej. Te wszystkie, czasami konstrukcyjnie bardzo proste przedmioty pomagają dostrzec choremu, że jest w stanie zmierzyć się z tym co jeszcze do niedawna wydawało mu się niemożliwe. Ergoterapia to także poprawa fizycznego stanu pacjenta. Tu terapeuci mają do zaoferowania przebogata gamę ćwiczeń usprawniających.

### **Ćwiczenia i warsztaty kreatywne**

Ćwiczenia mogą być prowadzone z zastosowaniem gier i zabaw tak, aby nie tylko poprawiały stan chorego, ale także sprawiały mu dużo przyjemności. Ergoterapia oprócz ćwiczeń ruchowych, nauki czynności dnia codziennego, ma także do zaoferowania warsztaty, w których można wykonywać prace plastyczne i technicznie jednocześnie ćwicząc motorykę i rozwijając zdolności manualne, koordynację ruchową i kreatywność. Leczenie ergoterapeutyczne pomaga w przywróceniu, czy choćby poprawie cielesnej, duchowej i socjalnej samodzielności w powrocie do czynnego życia zawodowego. Leczenie ergoterapeutyczne jest nastawione w szczególności na poprawę mobilności, koordynacji ruchowej, ale także pamięci, koncentracji a co się z tym wiąże także samowystarczalności. Chory powinien nauczyć się żyć z chorobą i umieć pogodzić się ze swoją odmienną sytuacją życiową a od nas dostać wskazówki i wszelkie pomoce, które pozwolą mu lepiej radzić sobie w życiu codziennym"

Źródło: <http://pl.wikipedia.org/wiki/Ergoterapia>

Tyle teorii, a jak wygląda praktyka? U nas to już drugie podejście do ergoterapii ? pierwsze było w innym ośrodku niż obecnie i myślę, że moje niedoświadczone jeszcze wtedy oko, a także pani, która niespecjalnie się z Tadeuszkiem rozumiała sprawiły, iż stwierdziłam, że ta forma terapii u nas w ogóle nie działa, bo młody ciągle tylko płacze albo ucieka i zrezygnowałam. Jednak po ponad półtora roku namawiania mnie przez naszych lekarze, panią logopedkę jak i terapeutki przedszkolne spowodowało, że spróbowaliśmy jeszcze raz, w innym ośrodku, z inną ergoterapeutką.

Jesteśmy zachwyceni!

Przede wszystkim ? synek uwielbia tam chodzić i świetnie się bawi. Uczy się tam głównie testowania swoich granic fizycznych, szukania na własną rękę rozwiązań trudnych dla niego sytuacji, ćwiczy także motorykę i koncentrację. Za każdym razem terapia skupiona jest na innym problemie tkwiącym w moim synku.

Tadeuszek jest w ciągłym ruchu... zawsze. Ciągle biega, ale tak niespecjalnie w konkretnym celu. Tu jest ten jego ciągły ruch wykorzystywany w terapii. Terapeutka wsadza go na przykład do wielkiej husty-huśtawki, gdzie młody leży na brzuchu jak w kokonie tuż nad ziemią, tylko ręce i głowa są wolne. Porusza swoim unieruchomionym w chuście ciałem ?chodząc? rączkami po ziemi. I tym sposobem uczy się np. że ma kontrolę nad swoim ciałem i nad tym, co robi.

Ostatnio uczył się zastosowania przez siebie zasady przyczyny i skutku ? chcąc dostać zabawkę z wiszącego kosza, musiał ciągnąć za sznur (dozowanie siły, spoglądanie we właściwym kierunku), żeby ona wypadło. A przykładów byłoby jeszcze sporo: od zjeżdżania na brzuchu ze zjeżdżalni, poprzez trzymanie ołówka, aż po karmienie siebie i innych.

## Ergoterapia

Dodany przez ania mama t.  
środa, 21 września 2011 21:48 -

---

Odkąd tam chodzimy, Tadeusz jest pewniejszy siebie. Mam wrażenie, że całą jego motoryka funkcjonuje lepiej, a co najważniejsze ? mam wrażenie, iż po wyjściu z tej terapii każdorazowo jest z siebie dumny, że znów pokonał jakąś niewidzialną barierę. A to działa jak balsam na moją duszę...

Ania, mama T.