
OCCUPATIONAL THERAPY METHODS FOR GROUP WORK WITH PEOPLE WITH MENTAL DISABILITIES

Yoana Negrova

Occupational therapist at day center for children and youth with disabilities, Bulgaria

ioana_negrova@abv.bg

Abstract: Ergotherapy is a key element in a number of therapeutic and rehabilitation activities. It aims to ensure the maximum self-dependency and independence in individuals with physical and psychological abnormalities through different methods and approaches such as developing, restoring, maintaining or changing their day-to-day abilities and self-service and professional skills. Ergo-Therapeutic Practice allows the adaptation of both home, school and work environment to the clients, as well as the integration of clients towards the environment to provide opportunities for full personal realization and creation of conditions for deployment of labor potential. In the long-term work with persons with mental disabilities, the individual approach is not always enough. Sessions that involve more than one client are required. Organizing this type of collective session is called “group work”. Group intervention is implemented almost in all groups of diseases, problems and disorders. It stimulates the development of socialization and communication skills, has a positive impact on self-esteem and creates a positive relationship between the participating clients by facilitating the establishment of a relationship based on trust with the therapist.

The role of the therapist in group tasks performed by persons with mental disabilities is to stimulate cognitive skills, communication, socialization and willingness to participate in everyday activities and willingness for their performance, to overcome aggressive manifestations and reduce self-aggression.

Group activities are based on providing equal opportunities for active participation in all the given tasks; respect for the client's roles; satisfying necessity and needs, creating a sense of independence, health and well-being.

In people with mental disabilities, group activities contribute to the development of cognitive skills, rising positivity in emotional level due to social interactions and relationships in the group. Regulated communication in a therapist-tailored situation improves the appearance of socially acceptable behavior. Group intervention allows self-expression and enables self-decision. The therapist interacts with all members of the group by encouraging understanding and communication between them and aims to regain lost abilities or to create new ones by collaborating with clients.

Keywords: occupational therapist, group work, mental disabilities.

ЕРГОТЕРАПЕВТИЧНИ МЕТОДИ ЗА ГРУПОВА РАБОТА ПРИ ЛИЦА С ПСИХИЧНИ УВРЕЖДАНЯ

Йоана Негрова

Ерготерапевт в дневен център за деца и младежи с увреждания гр. Русе, ioana_negrova@abv.bg

Резюме: Ерготерапията е ключов елемент в редица терапевтични и рехабилитационни дейности. Тя има за цел да осигури максимална самостоятелност и независимост на лицата с физически и психически отклонения чрез различни методи и подходи като развиване, възстановяване, поддържане или промяна в ежедневните им способности и умения за самообслужване и професионална дейност. Ерготерапевтичната практика позволява адаптирането както на домашната, училищната и работна среда към клиентите, така и приобщаването на клиентите към средата за осигуряване на възможности за пълноценна личностна реализация и създаване на условия за разгръщане на трудов потенциал. При продължителна работа с лица с психични увреждания се оказва, че индивидуалният подход не е достатъчен. Необходимо е провеждане на сесии, които включват повече от един клиент. Провеждането на този тип колективна сесия се нарича групова работа. Груповата интервенция се реализира почти при всички групи заболявания, проблеми и нарушения. Тя стимулира развитието на умения за социализация и общуване, оказва положително въздействие върху самочувствието и създава позитивни взаимоотношения между клиентите - участници, като улеснява създаването на връзка, основана на доверие с терапевта. Ролята на ерготерапевта при груповите задачи, изпълнявани от лица с психични увреждания е да стимулира когнитивните умения, комуникацията, социализацията, желанието за участие в дейности от ежедневието и активността за тяхното изпълнение, преодоляват се агресивните прояви и се редуцират автоагресивните. Груповите дейности се основават на предоставянето на равни възможности за дейностно участие във всички предлагани задачи; уважение на житейските роли на клиента; удовлетворение на потребностите и нуждите, създаване на усещане за независимост, здраве и благополучие. При лицата с психични увреждания груповите дейности допринасят за развитие на

познавателните умения, като носят позитиви и на емоционално ниво поради социалните контакти и връзки в групата. Регулираното общуване в съобразена от терапевти ситуация, подобрява изявата на социално приемливо поведение. Груповата интервенция позволява самоизява да дава възможност за самостоятелно вземане на решения. Ерготерапевтът осъществява контакт с всички членове на групата като насърчава разбирателството и комуникацията между тях и се стреми към възвръщане на загубени способности или създаване на нови, като си сътрудничи с клиентите.

Ключови думи: ерготерапевт, групова работа, психични увреждания

1. УВОД

Ерготерапията борави с терапевтични техники, спомагащи развитието на нови умения и възвръщането на загубени способности, вследствие на здравословен проблем, травма, злополука или заболяване. Терапевтичните способности представляват начини, чрез които се осъществява поэтапно заучване на дейности, необходими за нормалното функциониране в ежедневието. При работа с лица с психични увреждания значение имат: характер на заболяването, възрастова категория, силни страни и налични ресурси на клиента. Основните групи затруднения, срещани в ежедневието на тези лица са в самообслужването, домакинската работа, трудовата реализация, образованието, забавленията, общуването, социалните връзки и интеграцията в обществото. Това са и областите на ерготерапевтична интервенция при тях. За да бъде улеснено участието в посочените области, е необходимо прилагането на дейности да се осъществява с конкретна цел. Ерготерапията предлага един терапевтичен способ, използван често с цел повишаване желанието за социално включване и общуване, наречен групова работа. Тя е важен фактор при създаването на разнообразни взаимоотношения между потребители със сходни цели, интереси и желания. Служи и като средство за подкрепа и взаимопомощ. Позволява утвърждаването на индивида в групата чрез използване на групова подкрепа и елиминиране на възможността за самоизключване.

2. ИЗЛОЖЕНИЕ

Интервенцията, която се осъществява в група, често се основава на терапевтични методи, при които интеракциите са лесни за наблюдение, взаимодействието между индивидите е видимо, общуването е улеснено, личностните качества на всеки от потребителите са достъпни както за наблюдение, така и за обяснение. Терапевтични методи, които са по – близки до децата и юношите са музикотерапията, арт-терапията, сензорната интеграция и игротерапия.

Музикотерапията е терапия, която действа върху емоционалното състояние. При децата, въздействието се осъществява в зависимост от ритъма на музиката. Терапията чрез музика намалява агресивните изяви като променя влиянието на негативната енергия при деца с ранен детски аутизъм, разстройство на вниманието и хиперкинетични разстройства. В груповите занимания с музика се наблюдава повишаване на социалната активност. Чрез танци се насърчава включването на голям брой деца в колективни танцови занимания и игри като това стимулира двигателната активност, координацията, пространствената ориентация, възприетията за околна среда и проприорецепцията. Ролята на ерготерапевта е като партньор и същевременно ръководител на дейности, като стремежът е към усложняването им и постигане на удовлетворяващ успех. При възрастни, правилното прилагане на дейности от музикотерапията подпомага преодоляването на емоционален стрес от проблемни преживявания.

Арт - терапията е ефективна при лица с психични увреждания и най-вече при тази част от тях, които изпитват несигурност в общуването, трудно изразяват емоции и се ограничават в изразяването си. При лицата с психични разстройства, реализацията на груповите дейности за арт – терапия улесняват себеизразяването. При продължително поощряване на идеите и стимулите от страна на ерготерапевта се постига повишаване на личната самооценка и самочувствие. В груповите сесии ерготерапевтът анализира предварително групата като поставя цел предвид възрастта, интересите, социалния опит и способностите. Той контролира комуникацията между участниците, задава задача и оказва помощ при необходимост. При децата арт – терапевтичните техники въздействат върху въображението, мисловния процес, познавателните способности и зрителни възприятия. Те спомагат за разграничаване на цветове, форми, лица, обекти и предмети. Арт – терапията е от значение при поведенчески разстройства, при тях ерготерапевтът предизвиква положителни емоции чрез подходящи дейности.

Сензорната интеграция представлява съвкупност от цялата информация, която достига до нас от околната среда. Информацията се получава от сетивата, с които разполага човешкият организъм: зрение, обоняние, вкус, слух и тактилен усет. При децата сензорната интеграция следва да се развива по естествен път, често обаче в израстването се наблюдава изоставане в сензорната адаптация по различни причини, а това води до сензорна дисфункция. В работата на ерготерапевта, сензорната интеграция се използва с цел стимулиране на сензорна интелигентност. Цели се получаване на адекватен отговор и

реакция от страна детето при проявен дразнител или стимул. В ерготерапевтичната практика се включват дейности, изпълнявани в сензорна стая, която разполага с източници на светлинни, звукови и тактилни дразнители, предизвикващи ответна реакция. Наблюдава се поведението и се оценява степента на поносимост и видът на поведенческата реакция към определен сетивен стимул.

Игротерапията е терапия, която подпомага познавателното развитие. Чрез игри с включени различни предмети, детето развива въображението си, научава предназначението на различни предмети, необходими в ежедневието. Игротерапията в груповата работа стимулира общуването с връстници и създава доверителна връзка между детето и терапевта. В ерготерапията се използват различни игри, често това са настолни, активни и състезателни игри, които ангажират вниманието и концентрацията. При тях от значение е приучаването към следване на инструкции и спазване на правила.

3. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В детско – юношеска възраст груповите дейности са по-малко изискващи и по-лесни за изпълнение. Клиентът не е единствено отговорен за резултата от целия процес на работа, а цялата група се приема за създател и автор. Често това е причина лицата с психични проблеми да намират успокоение в работата с хора с идентични затруднения. Наблюдението на групата по време на работа, позволява на терапевта да анализира преживяванията и емоциите, които ситуацията провокира. Резултатът от работата и осъществяването на дискусии спомага откриването на нови методи, чрез които се улеснява справянето с безпокойство, стрес, напрежение, тревожност и допринася за създаването на повече положителни емоционални връзки между участниците в групата – клиенти. Високите резултати от груповите дейности зависят от: поставените цели, подходящо подбрани според целта дейности и задачи, усилията на клиентите в групата да постигнат успех, сътрудничество между терапевт и ко – терапевт, създадите се взаимоотношения както между потребителите, така и между потребители и терапевт. Главната цел на ерготерапевта при провеждане на груповата работа е да успява да овладява поведенчески прояви и да стимулира социалното приобщаване към групата, а в следствие и към обществото.