

# Εργοθεραπεία

- Ένα επάγγελμα υγείας το οποίο ασχολείται με τον άνθρωπο και επικεντρώνεται σε αυτόν.
- Η τέχνη και η επιστήμη που προάγει την υγεία, την ευημερία και την ανεξαρτησία.
- Η θεραπεία που ασχολείται με τον «άνθρωπο» κάθε ηλικίας και πάθησης, παρεμβαίνοντας όταν επηρεάζεται η λειτουργικότητά του.
- Η θεραπεία που χρησιμοποιεί το «Έργο» για να εμπλέξει το άτομο και να το κάνει ενεργό, λειτουργικό και αποδοτικό σε πράγματα που σχετίζονται με την καθημερινότητά του.

Οι τομείς που παρεμβαίνει η εργοθεραπεία είναι :

Κινητικός τομέας

Αντιληπτικός και γνωστικός τομέας

Αισθητηριακός τομέας

Τομείς καθημερινής ζωής

Συμπεριφορά

Κοινωνικοποίηση

Το «ΈΡΓΟ» είναι οποιαδήποτε δραστηριότητα κάνει ο άνθρωπος στην καθημερινότητα η οποία του δίνει αξία, νόημα και σκοπό. Είναι πράγματα που οι άνθρωποι χρειάζονται, θέλουν και αναμένεται να κάνουν στην καθημερινότητά τους.



Ρένεσης Μαρίνος  
Εργοθεραπευτής ΚΕΔΑΣΥ  
ΦΩΚΙΔΑΣ



## Χρειάζεται το παιδί Εργοθεραπεία;

### ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ ΚΑΘΥΣΤΕΡΗΣΗ

Αναπτυξιακή καθυστέρηση σημαίνει ότι ένα παιδί είναι πίσω στην ανάπτυξη δεξιοτήτων που είναι κοινές κατά τη διάρκεια μιας συγκεκριμένης ηλικίας ή κατά τη διάρκεια μιας συγκεκριμένης χρονικής περιόδου. Μια αναπτυξιακή καθυστέρηση, ωστόσο, είναι κάτι περισσότερο από το να είναι λίγο πίσω από άλλα παιδιά σε μια δεξιότητα. Χαρακτηρίζεται από το να είναι πίσω σε ένα συνδυασμό δεξιοτήτων ή να μην εκπληρώνει τα ορόσημα ανάπτυξης. Για παράδειγμα:

- Μη επίτευξη αναπτυξιακών ορόσημων καθίσματος, μπουσουλήματος και βάδισης.
- Δυσκολία μάθησης σε κατάλληλο ηλικιακό επίπεδο.
- Μη ανάπτυξη κατάλληλων για την ηλικία παιχνιδιού και κοινωνικών δεξιοτήτων.

### ΛΕΠΤΕΣ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Οι λεπτές κινητικές δεξιότητες είναι μικρές κινήσεις που γίνονται με τα δάχτυλα των χεριών, των ποδιών, των καρπών, των χειλιών και της γλώσσας, όπως το κράτημα ενός μικρού αντικειμένου ή το σήκωμα ενός κουταλιού. **Παράδειγματα** λεπτών κινητικών δεξιοτήτων είναι:

- Χειρισμός παιχνιδιών και παζλ
- Κράτημα γραφικών εργαλείων
- Χρήση εργαλείων ή μικρών παιχνιδιών
- Χρήση ψαλιδιού
- Χρήση φερμουάρ, κουμπιών, κορδονιών
- Χρωματισμός, σχεδίαση, ιχνογράφηση, προγραφή σχημάτων
- Γραφικός χαρακτήρας, σχηματισμός γραμμάτων/αριθμών
- Ανάπτυξη κυρίαρχου χεριού (πλευρίωση)
- Εργασίες και παιχνίδια που απαιτούν λεπτές κινήσεις



### ΚΙΝΗΣΗ, ΔΥΝΑΜΗ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ (ΑΔΡΕΣ ΚΙΝΗΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ)

Οι αδρές κινητικές δεξιότητες μας βοηθούν να κινούμαστε και να συντονίζουμε τα χέρια, τα πόδια και άλλα μέρη του σώματός μας. Περιλαμβάνουν μεγαλύτερους μύες που μας βοηθούν να ελέγχουμε το σώμα μας. Ένα παιδί που είναι «πίσω» στην κίνηση, τη δύναμη και / ή την ισορροπία μπορεί να φαίνεται αδέξιο ή ασυντόνιστο. Μπορεί επίσης να έχει δυσκολία με:

- Ανέβασμα και κατέβασμα στις σκάλες
- Συντονισμός και των δύο πλευρών του σώματος
- Κατανόηση της έννοιας της δεξιάς και της αριστερής μεριάς του σώματος
- Χειρισμό της μπάλας
- Ισορροπία σε στάση ή σε κίνηση
- Τα άλματα ή όταν τα πόδια φεύγουν από το έδαφος
- Τη μέση γραμμή του σώματός του κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού και των σχολικών εργασιών
- Εργασίες και παιχνίδια που απαιτούν αδρές κινητικές δεξιότητες

Ο μυϊκός τόνος, ή η ένταση και η αντίσταση των μυών, θα μπορούσε να είναι υψηλότερη ή χαμηλότερη από το κατάλληλο αναπτυξιακό ορόσημο.

## ΟΠΤΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ

Η οπτική επεξεργασία είναι η λειτουργία που χρησιμοποιούμε για να κατανοήσουμε αυτό που βλέπουμε. Είναι μια διαδικασία στον εγκέφαλό μας που ερμηνεύει οπτικές πληροφορίες. Το παιδί έχει δυσκολία με την οπτική επεξεργασία αν αντιμετωπίζει:

- Δυσκολία με την απόσταση και τα μεγέθη των γραμμάτων
- Δυσκολία στην αναγνώριση γραμμάτων
- Δυσκολία αντιγραφής σχημάτων ή γραμμάτων
- Δυσκολία με την οπτική παρακολούθηση και τη διέλευση της μέσης γραμμής
- Δυσκολία εύρεσης αντικειμένων μεταξύ άλλων αντικειμένων
- Δυσκολία αντιγραφής από τον πίνακα ή άλλο χαρτί
- Δυσκολία με την έννοια του δεξιού και του αριστερού
- Το παιδί μπορεί να χάσει τη θέση του όταν διαβάξει ή αντιγράψει από τον πίνακα ή μπορεί να έχει κακή οπτική επαφή.

## ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ

Αισθητηριακή επεξεργασία είναι η κατανόηση των πληροφοριών που λαμβάνουμε μέσω των αισθήσεών μας. Το παιδί μπορεί να είναι υπερευαίσθητο ή υποευαίσθητο στα πράγματα γύρω του και να παρουσιάζει τα ακόλουθα συμπτώματα:

- Υπερβολικά ευαίσθητη ή αυξημένη αντιδραστικότητα στον ήχο, την αφή ή την κίνηση
- Δεν ανταποκρίνεται επαρκώς σε ορισμένες αισθήσεις (π.χ. υψηλή ανοχή στον πόνο, δεν παρατηρεί κοψίματα / μώλωπες)
- Συνεχώς κινείται, πηδάει, συντριβεται, χτυπάει
- Αποσπάται εύκολα η προσοχή του από οπτικά ή ακουστικά ερεθίσματα
- Έντονη συναισθηματική αντίδραση
- Δυσκολία αντιμετώπισης της αλλαγής
- Αδυναμία να ηρεμήσει τον εαυτό του όταν είναι αναστατωμένος

## ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗΣ

Οι δεξιότητες κοινωνικής αλληλεπίδρασης είναι δεξιότητες που μας βοηθούν να έχουμε σχέσεις και να κατανοήσουμε τους γύρω μας. Μας βοηθούν να δεθούμε με άλλους ανθρώπους στη ζωή μας. Το παιδί μπορεί να έχει καθυστερημένες κοινωνικές δεξιότητες εάν δείξει μερικά από τα ακόλουθα σημάδια:

- Δυσκολία κοινωνικής αλληλεπίδρασης και διάδρασης με την οικογένεια και τους συνομηλίκους
- Δυσκολία προσαρμογής σε νέα περιβάλλοντα
- Καθυστερημένες γλωσσικές δεξιότητες
- Υπερβολικά εστιασμένο σε ένα θέμα (π.χ. διάστημα, αυτοκινητάκια, δεινόσαυροι, τρένα)
- Δεν μπορεί να ανταπεξέλθει στο σχολικό περιβάλλον



## ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Οι μαθησιακές προκλήσεις, που μερικές φορές ονομάζονται μαθησιακές δυσκολίες, είναι ένας άλλος τύπος αναπτυξιακής καθυστέρησης. Εάν το παιδί χαρακτηρίζεται από ένα από τα ακόλουθα, μπορεί να πρέπει να απευθυνθεί σε έναν εργοθεραπευτή:

- ▶ Αδυναμία συγκέντρωσης στο σχολικό περιβάλλον
- ▶ Αποσπάται εύκολα η προσοχή του
- ▶ Δυσκολία τήρησης οδηγιών και ολοκλήρωσης εργασιών
- ▶ Κουράζεται εύκολα με τις σχολικές εργασίες
- ▶ Κακός έλεγχος των παρορμήσεων
- ▶ Υπερκινητικότητα ή χαμηλή ενέργεια
- ▶ Μη τήρηση του φόρτου εργασίας στο σχολείο
- ▶ Δυσκολία στην εκμάθηση νέου υλικού και δεδομένων
- ▶ Κάνει αντιστροφές γραμμάτων ή αριθμών μετά την ηλικία των επτά ετών

## ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

Οι δεξιότητες παιχνιδιού είναι δεξιότητες που μπορούν να βοηθήσουν ένα παιδί να κατανοήσει τον κόσμο γύρω του. Ένα παιδί μπορεί να αποκτήσει αυτοπεποίθηση, να εκπαιδευτεί στην επίλυση προβλημάτων και να αναπτύξει κοινωνικές δεξιότητες μέσα από το παιχνίδι. Το παιδί μπορεί να καθυστερήσει αναπτυξιακά εφόσον παρουσιάσει ένα από τα ακόλουθα σημάδια:

- ▶ Χρειάζεται καθοδήγηση από ενήλικα για να ξεκινήσει το παιχνίδι
- ▶ Δυσκολία στο μιμητικό παιχνίδι
- ▶ Περιπλανιέται άσκοπα χωρίς σκόπιμο παιχνίδι
- ▶ Γρήγορη μετακίνηση από τη μία δραστηριότητα στην επόμενη
- ▶ Δεν εξερευνά κατάλληλα τα παιχνίδια
- ▶ Συμμετέχει σε επαναλαμβανόμενο παιχνίδι για ώρες (π.χ. παρατάσσοντας παιχνίδια σε σειρά)
- ▶ Δεν συμμετέχει με συνομηλικούς/αδέλφια όταν παίζει
- ▶ Δεν κατανοεί τις έννοιες του μοιράσματος και της αναμονής σειράς



Θυμηθείτε ότι όλα τα παιδιά είναι διαφορετικά και αναπτύσσουν αυτά τα σύνολα δεξιοτήτων με το δικό τους ρυθμό. Ωστόσο, εάν νομίζετε ότι το παιδί μπορεί να δυσκολεύεται να υιοθετήσει μερικούς από τους παραπάνω τομείς δεξιοτήτων, μπορείτε να επικοινωνήσετε με έναν εργοθεραπευτή.

### ΠΗΓΕΣ:

University of Utah Health, 417 Wakara Way, Ste 1410  
Salt Lake City, Utah 84108

Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process (4th ed.; AOTA, 2020)