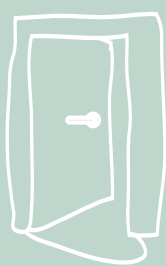


LEVE



INFORMASJON OM ERGOTERAPI

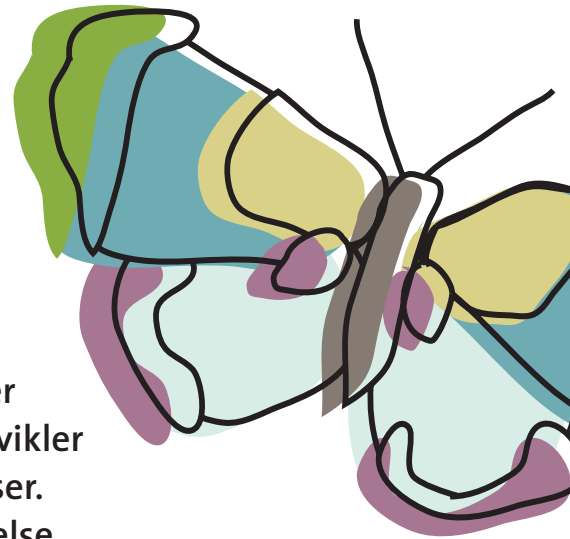


Å leve



Livet består av et mangfold av aktiviteter: Å stå opp, vaske seg, spise, lage mat, handle, stelle barn, kjøre bil, arbeide, studere, lære, dyrke hobbyer, være sammen med andre, se på TV, lese, spille musikk, spasere, sykle, kjøre karusell, reise...

er å gjøre



Alt mennesket gjør er aktivitet. Aktiviteter varierer gjennom livet og fra person til person. Alle mennesker har behov for å være i aktivitet. Gjennom aktivitet utvikler vi oss selv, påvirker og påvirkes av våre egne omgivelser.

Det er en nær sammenheng mellom aktivitet og helse. Helseproblemer kan gi aktivitetsbegrensninger, og uheldig utføring av aktiviteter kan gi helseproblemer. Det er denne sammenhengen som er utgangspunktet for all ergoterapi.

Ergoterapi når hverdagen blir vanskelig

Ergoterapi er et tilbud til mennesker som av ulike grunner har vansker med å utføre daglige aktiviteter, eller som står i fare for å få det. Tilbudet kan være aktuelt i alle aldre og livsfaser.

Ergoterapeuten kan gi tilbud til:

- befolkningen generelt
- grupper med risiko for helseplager
- mennesker med ulike sykdommer eller skader
- mennesker med funksjonsnedsettelse

Et liv på egne premisser er målet

Ergoterapeuten bygger opp under den enkeltes motivasjon og muligheter for å leve det livet den enkelte selv ønsker å leve. Tiltakene tar sikte på å fremme aktivitet, deltakelse, tilhørighet og tilfredshet i hjem, skole/skolefritidsordning, arbeid og fritid. Det er også et mål å forebygge ulykker, isolasjon og aktivitetstap.

Ønsker og muligheter er utgangspunktet

Kartlegging av menneskers ønsker for eget liv, aktivitetsvaner samt kroppslige og mentale forutsetninger for handling danner grunnlaget for all ergoterapi. I tillegg vurderer ergoterapeuten hvordan omgivelsene hemmer og fremmer menneskers aktivitet. Dette kan være hjem, arbeidsplasser, utdanningsinstitusjoner og andre offentlig bygg, barnehager, lekeplasser, bo- og uteområder.

Gjennom aktivitet til aktivitet

Ergoterapi fremmer helse gjennom aktivitet og støtter mennesker i å utføre aktiviteter og delta i samfunnet. Ergoterapeuten anvender aktiviteter direkte i behandling og opptrening, og indirekte ved å tilrettelegge for gjøremål gjennom tilpasning av omgivelser og bruk av tekniske hjelpemidler.

Ergoterapeutens helsetjenester

Helsefremmende arbeid

Målet er å fremme helse, aktivitet og deltakelse hos befolkningen generelt. Ergoterapeutens bidrag i den tverrfaglige innsatsen består i undervisning, informasjon og deltakelse i samfunnsplanleggingen. Sentralt står folks eget engasjement samt utforming av omgivelser slik at de blir brukbare og tilgjengelige for alle («universell utforming»). Ergoterapeuten legger vekt på å belyse sammenhengen mellom helse, omgivelser og aktivitet.

Forebyggende arbeid

Målet er å hindre ulykker, sykdom og belastningsskader samt å forhindre tilbakefall eller forverring av sykdom og funksjonsvansker. Kartlegging og vurdering av risikofaktorer danner grunnlaget for tiltakene, som kan være tilrettelegging av aktivitet, fysiske og sosiale omgivelser samt undervisning, veiledning og rådgivning.

Behandling

Målet er at mennesker med sykdom eller skade skal oppnå fysiske, psykiske og sosiale funksjoner som er nødvendige for å mestre daglige gjøremål og delta aktivt i samfunnet. Ergoterapeutens bidrag i behandlingen innebærer både utredning og trening. Utredningen er ofte en del av det tverrfaglige diagnostiske arbeidet. Den utføres ved hjelp av utprøving og observasjon av aktivitetsutførelse, og gjennom samtaler, tester og undersøkelser. Treningen skjer ved hjelp av ulike aktiviteter som fremmer de aktuelle funksjonene.

Rehabilitering

Målet er at mennesker skal fungere best mulig etter funksjonstap forårsaket av sykdom eller skade. Sentralt står den enkeltes egen innsats for å akseptere en ny livssituasjon og oppleve mestring, en meningsfull tilværelse, tilhørighet, sosial verdsetting og aktiv deltakelse i samfunnet. Ergoterapeuten bidrar i det tverrfaglige rehabiliteringsarbeidet med trening i daglige aktiviteter, arbeidstrening og sosial trening, formidling av tekniske hjelpemidler og tilrettelegging av utstyr og omgivelser, slik som av bil, bolig og arbeidsplass. Bevisstgjøring, veiledning og rådgivning er også sentrale tiltak.

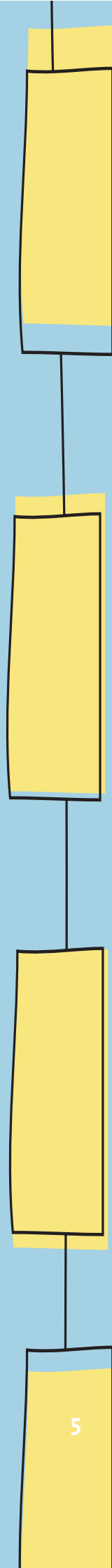
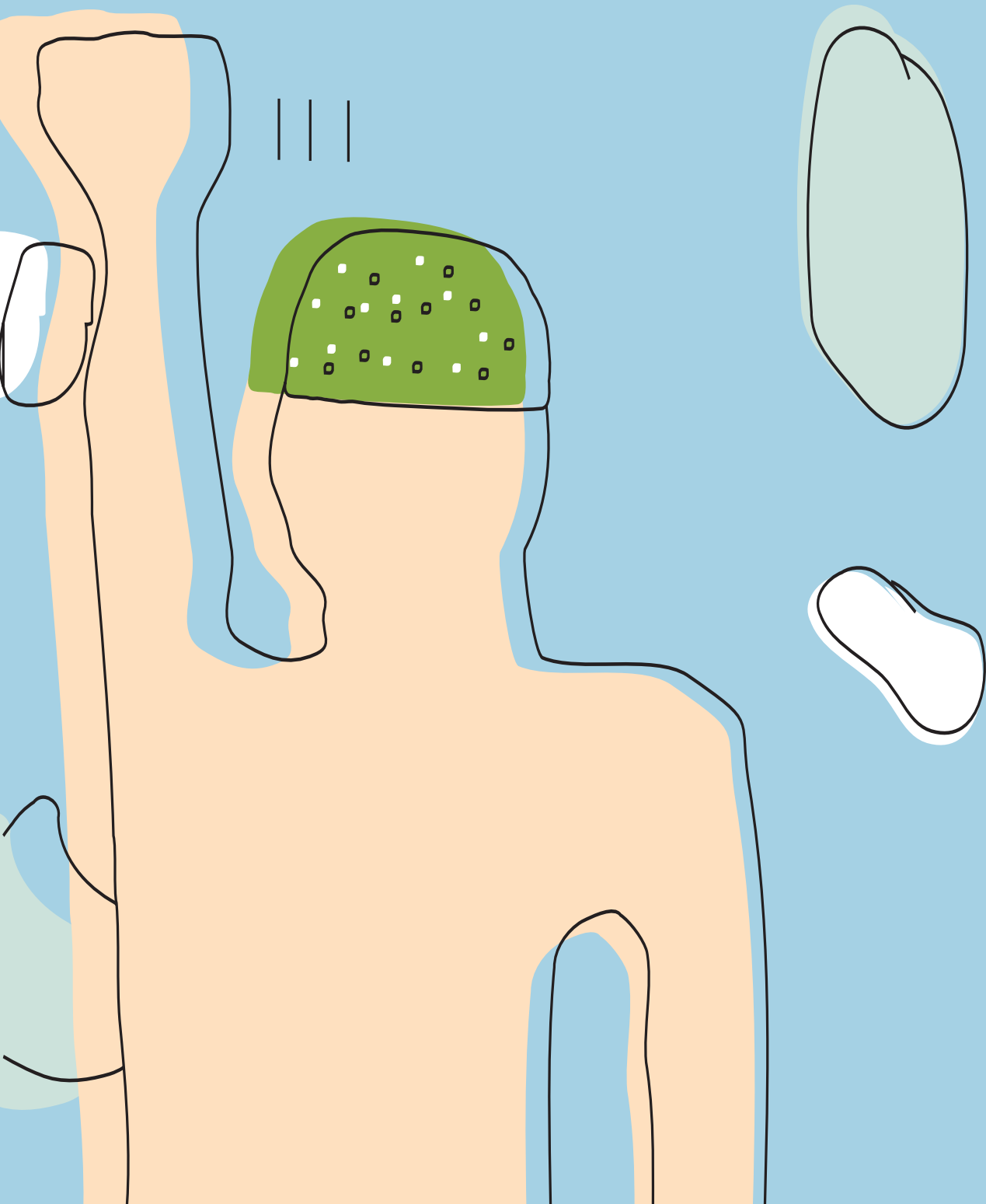
Habilitering

Målet er at barn og unge i størst mulig grad skal mestre nye aktiviteter, oppleve en meningsfull tilværelse, tilhørighet, sosial verdsetting og aktiv deltakelse i samfunnet til tross for funksjonsvansker. Ergoterapeuten deltar i den tverrfaglige innsatsen ved å bruke lek, egenomsorg og annen virksomhet for å trene opp og utvikle grunnleggende funksjoner og oppnå mestring. Sentralt i arbeidet står tilrettelegging av hjem, barnehage og skole/skolefritidsordning samt samarbeid, rådgivning og veiledning overfor den enkelte, pårørende og andre nærpå personer.

Vedlikeholdende arbeid

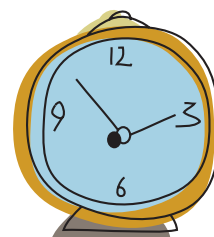
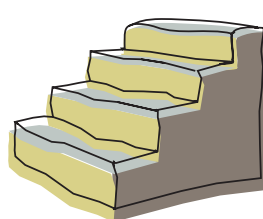
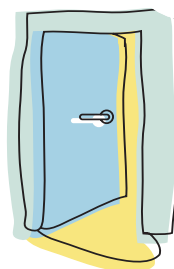
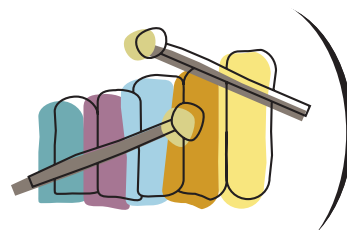
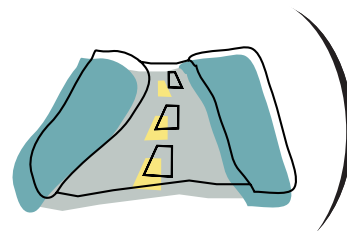
Målet er at mennesker med varige helseproblemer eller funksjonsnedsettelse skal bevare funksjoner og aktiviteter. Arbeidet dreier seg om å redusere følger av sykdommer, vedlikeholde funksjonsnivå, motvirke forverring, motarbeide tilbakefall og hindre at problemer blir kroniske. Ergoterapeuten bidrar ved å tilrettelegge for virksomhet gjennom direkte trening i gjøremål og tilrettelegging av aktiviteter og omgivelser.

Ergoterapeutens arbeid og innsats kan være helsefremmende, forebyggende, behandlende, rehabiliterende, habiliterende og vedlikeholdende. Ergoterapeuten arbeider både med enkeltmennesker, grupper og systemer, og kan i tillegg ha administrative, pedagogiske og fagutviklende oppgaver.



Arbeidssteder

Ergoterapeuter arbeider innen ulike områder av helse- og sosialtjenesten og andre tjenester på kommunalt, fylkeskommunalt og statlig nivå. En del arbeider i private og delvis offentlig finansierte foretak. Over halvparten av ergoterapeutene arbeider i kommunehelsetjenesten. En tredjedel arbeidet på sykehus og andre institusjoner for mennesker med ulike mentale og fysiske lidelser.



Allmennhelse

Ergoterapeuter som arbeider med allmennhelse er «generalister» som arbeider med mennesker med ulike aktivitetsvansker i alle aldre og livsfaser. De er ofte ansatt i kommunehelsetjenesten innen etater som pleie- og omsorg, oppvekst, sosial eller helse, men også ved hjelpemiddelsentraler, i miljøterapi og som aktivitetsledere.

Barns helse

Ergoterapeuter arbeider med barn og unge i kommunehelsetjenesten, habiliteringsteam, helsestasjoner, etat for oppvekst, barneavdelinger på sykehus, barne- og ungdomspsykiatri, smågruppe- og kompetansesentre, barnehager og skoler.

Eldres helse

I kommunehelsetjenesten møter ergoterapeuter oftest eldre mennesker i egne hjem, på rehabiliteringssentre, dagsentre og sykehjem. Ergoterapeuter arbeider også med eldre mennesker på somatiske og psykiatriske sykehusavdelinger samt i egne tjenester for personer med aldersdemens.

Psykisk helse

Ergoterapeuter arbeider spesielt med psykisk helse ved institusjoner, avdelinger, boliger, sentre og poliklinikker innen psykisk helsevern for barn, unge, voksne og eldre samt innen ulike voksenhabiliteringstilbud og -tjenester. I økende grad møter ergoterapeuter mennesker med psykiske problemer innen kommunehelsetjenesten.

Somatisk helse

Ergoterapeuter arbeider med somatisk (fysisk) helse ved somatiske sykehus, spesialsykehus, poliklinikker og kompetansesentre; men også i kommunehelsetjenesten treffer ergoterapeuten mange med somatiske helseproblemer.

Arbeidshelse

Ergoterapeuter arbeider med arbeidshelse innen blant annet bedriftshelsetjenesten, NAV-etaten, kommunehelsetjenesten, private konsulentfirmaer, institusjoner og bedrifter med funksjonsvurdering, arbeidsevnevurdering og arbeidsplassvurdering, arbeidstrening, utprøving, kvalifisering og tilrettelegging.

Folkehelse

Ergoterapeuter som arbeider med å styrke folkehelsen, arbeider hovedsakelig på samfunns- og gruppenivå i et helsefremmende perspektiv. De er ofte ansatt innen kompetansesentre, brukerorganisasjoner, opplysningskontorer, fritidsetaten, kommunehelsetjenesten og bedriftshelsetjenesten.

Virkemidler i ergoterapi

Trening i daglige gjøremål

Ergoterapeuten motiverer og legger til rette for trening i nødvendige og ønskede aktiviteter i arbeid, utdanning, omsorg, lek og samfunnsdeltakelse. Treningen kan skje individuelt eller i gruppe. Ergoterapeuten legger vekt på at den enkelte skal ha mulighet til å delta i aktiviteter sammen med andre på arbeidsplass, skole/skolefritidsordning, i barnehage, nærmiljøet og i samfunnet for øvrig.

Tilpasning og tilrettelegging av aktiviteter

Ergoterapeuten gir råd om hvordan aktiviteter kan utføres for å fremme mestring og helse. Alternative arbeidsteknikker, forenkling av rutiner, utarbeiding av aktivitetsdagbok ved hukommelsessvikt og aktivitetsprogram for å strukturere hverdagen kan være aktuelle tiltak. Ergoterapeuten formidler også hjelpemidler for å lette utføringen av daglige aktiviteter, bedre kommunikasjon og øke arbeidsevnen. Dette kan være alt fra små hjelpemidler på kjøkkenet til datautstyr på arbeidsplassen.

Funksjonsutredning og -trening

Ergoterapeuten bidrar i behandlingsopplegg både med utredning og trening. Utredningen utføres ved hjelp av utprøving og observasjon i aktivitet, samtaler, tester og undersøkelser. Treningen er rettet mot funksjoner som er grunnleggende for å mestre sammensatte aktiviteter i dagliglivet. Berøringssans, kroppslig

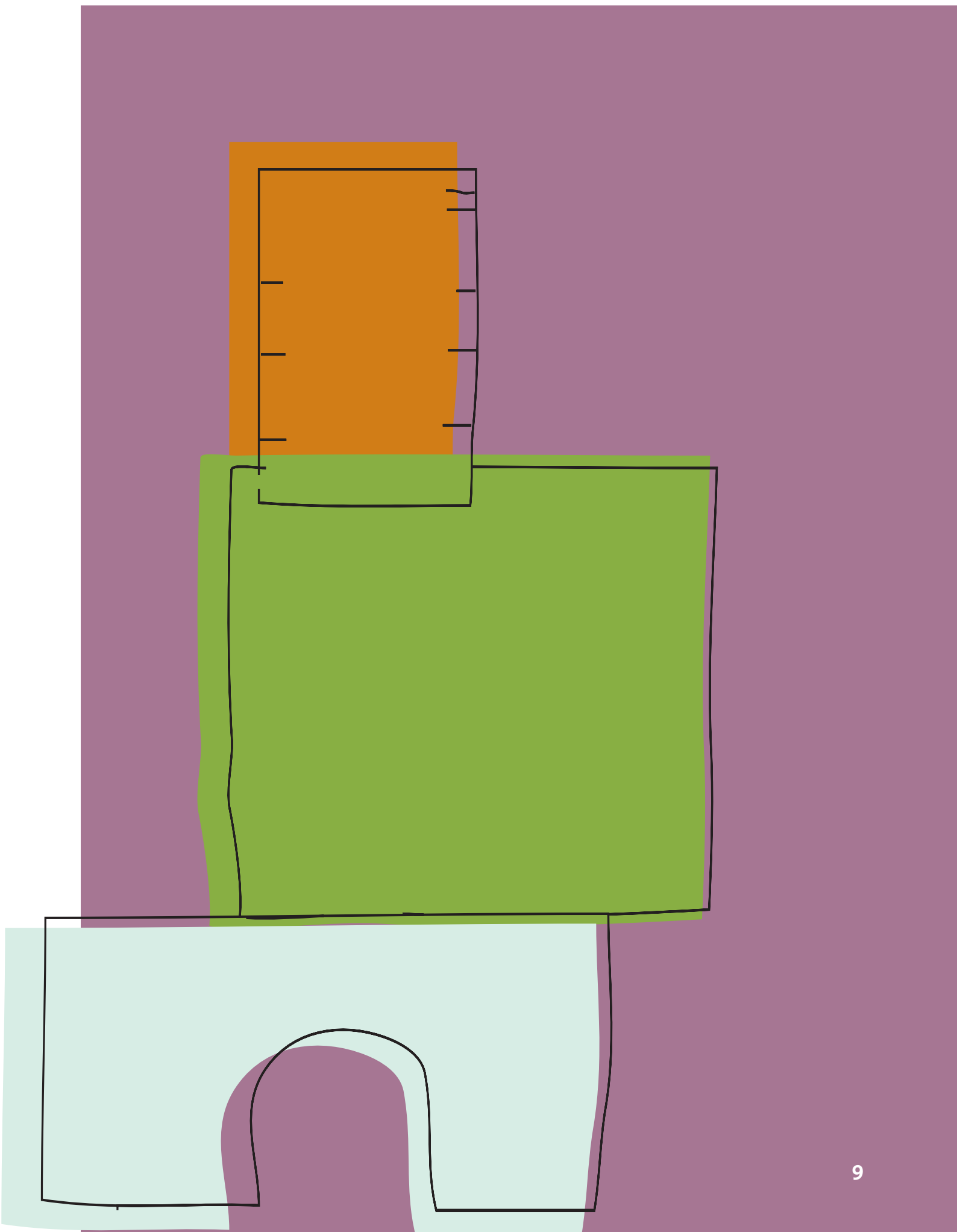
bevegelsesevne, håndfunksjon, konsentrasjon og hukommelse, samhandling og kommunikasjon er eksempler på slike funksjoner. Daglige gjøremål, fritidsaktiviteter og kreative aktiviteter benyttes som virkemidler i behandlingen.

Bearbeiding av holdninger og økning av kunnskaper

Ergoterapeuten tilbyr veiledning, rådgivning, informasjon og undervisning. Målet er økt kunnskap om aktivitet og helse, sammenhengen mellom funksjonsvansker og daglige aktiviteter, mestring og muligheter. Gjennom samtaler og tilrettelegging av aktiviteter kan ergoterapeuten også bidra til å øke den enkeltes innsikt i egne muligheter og begrensninger. Dette danner grunnlag for akseptering av egen livssituasjon og den enkeltes valg av livsutfoldelse.

Planlegging, utforming og tilrettelegging av omgivelser

Ergoterapeuten gir råd om hvordan bygninger, uteareal og produkter kan tilrettelegges for å fungere for alle («universell utforming»). Ergoterapeuten gir også ergonomiske råd om endring av bolig, fritidsarenaer, arbeidsplass, skole/skolefritidsordning, barnehage og bil for å forebygge ulykker og arbeidsbelastning. Likeledes kommer ergoterapeuten med innspill til planer som reguleringsplaner, helse- og sosialplaner for å fremme et samfunn hvor alle kan delta på egen premisser.





Ergoterapeututdanning

Ergoterapeutstudiet er treårig og gir internasjonal bachelorgrad med 180 ECTS (European Credit Transfer System). 3 ECTS tilsvarer 1 vekttall. Studiet ved høgskolen og i praksisfeltet er inndelt i fire hovedemner.

Hoved- og delemner (jf. rammeplan fastsatt 1. juli 2004)

1. Ergoterapi - fundament og utvikling	30 ECTS
A Ide-, teori- og erfaringsgrunnlag	15 ECTS
B Vitenskapsteori og forskningsmetode	6 ECTS
C Forskning og utvikling i ergoterapi	9 ECTS
2. Ergoterapi - yrkesutøvelse	75 ECTS
A Helsefremmende og forebyggende arbeid	15 ECTS
B Rehabiliterende arbeid	33 ECTS
C Habiliterende arbeid	15 ECTS
D Behandlende arbeid	12 ECTS
3. Naturvitenskapelige og medisinske emner	30 ECTS
A Anatomi og fysiologi	15 ECTS
B Sykdomslære og funksjonshemming	15 ECTS
4. Samfunnsvitenskapelige og humanistiske emner	45 ECTS
A Sosiologi og sosialantropologi	9 ECTS
B Psykologi og pedagogikk herunder kommunikasjon, samhandling og konfliktløsning	18 ECTS
C Stats- og kommunalkunnskap, helse- og sosialpolitikk	9 ECTS
D Etikk	9 ECTS
Sum studiepoeng for bachelorgrad i ergoterapi	180 ECTS

De norske ergoterapeututdanningene er godkjente av verdensforbundet for ergoterapeuter (World Federation of Occupational Therapists – WFOT).

Det er ergoterapeututdanning ved fem høgskoler:

- Høgskolen i Sør-Trøndelag, 7004 Trondheim
- Diakonhjemmet Høgskole Rogaland, Sandroen 2, 4365 Nærbø
- Høgskolen i Bergen, Møllendalsveien 6, 5009 Bergen
- Høgskolen i Tromsø, 9293 Tromsø
- Høgskolen i Oslo, Pilestredet 52, 0167 Oslo

Ergoterapispesialister

Norsk Ergoterapeutforbund (NETF) godkjenner ergoterapispesialister innen sju områder:

- allmennhelse
- barns helse
- eldres helse
- psykisk helse
- somatisk helse
- arbeidshelse
- folkehelse

Spesialistområdene er valgt med utgangspunkt i brukergrupper og helsepolitiske prioriteringer for å tydeliggjøre ergoterapeuters rolle i samfunnet.

Videre er det lagt vekt på helse og aktivitet framfor diagnoser og sykdommer.

Områdene inkluderer både helsefremmende og forebyggende arbeid, behandling, rehabilitering, habilitering og vedlikeholdende arbeid, og kan knyttes til alle forvaltningsnivåer i helsevesenet.

I tillegg til grunnutdanning som ergoterapeut, krever godkjenning som ergoterapispesialist videre- og etterutdanning, yrkeserfaring, veiledning og formidling innen spesialistgrenen.

Det finnes mer informasjon om spesialistordningen på NETFs nettsider: www.netf.no.





Norsk Ergoterapeutforbund
Lakkegata 21
0187 OSLO

Nettsider: www.netf.no
E-post: netf@netf.no

Telefon: 22 05 99 00
Telefaks: 22 05 99 01

Norsk Ergoterapeutforbund

Norsk Ergoterapeutforbund (NETF) er fagorganisasjonen for ergoterapeuter i Norge.

Forbundet ivaretar medlemmene som arbeidstakere og yrkesutøvere.

Ved århundreskiftet hadde NETF om lag 2 300 medlemmer, og medlemstallet øker stadig.

Forbundet har lokalavdelinger i alle fylker. NETF er ansvarlig utgiver av tidsskriftet Ergoterapeuten og medansvarlig for Scandinavian Journal of Occupational Therapy (SJOT).