**ТЕОРИЯ ОККУПАЦИОНАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ В ПРАКТИКЕ РАБОТЫ**

 <https://reabilit.samregion.ru/biblioteka/teoriya-okkupatsionalnoj-terapii-v-praktike-raboty-gerontologicheskogo-personala#:~:text=%D0%9E%D0%BA%D0%BA%D1%83%D0%BF%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F%20%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BF%D0%B8%D1%8F%20(%D0%9E%D0%A2)%20%D1%8F%D0%B2%D0%BB%D1%8F%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%8F%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B5%D0%B9,%D0%B4%D0%BE%D1%81%D1%83%D0%B3%20%D0%B8%20%D0%B2%D1%8B%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BD%D1%8F%D1%82%D1%8C%20%D1%82%D1%80%D1%83%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D1%83%D1%8E%20%D0%B4%D0%B5%D1%8F%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C>.

*Сухова Л. С.*

**1. Оккупациональная терапия (ОТ) является профессией, направленной на реабилитацию лиц, которые по состоянию здоровья не могут осуществлять уход за собой, проводить досуг и выполнять трудовую деятельность.**

Уход за собой, проведение досуга и продуктивная деятельность объединяются общим термином «занятие», а участие человека в их выполнении определяется как оккупационная деятельность.

Работа оккупациональных терапевтов направлена на помощь лицам, чья оккупациональная деятельность страдает вследствие травмы или заболевания, психических или эмоциональных нарушений, врожденных или приобретенных заболеваний, старческих изменений.

**Целью ОТ является:**

* расширение независимости и автономии человека в плане занятий;
* устранение ограничения или недостатка в оккупациональной деятельности;
* обеспечение успешного и независимого выполнения оккупациональных действий.

Объектом ОТ являются занятия, восстановление и нормализация оккупациональной деятельности. В ОТ проявление клинических нарушений рассматривается только с учетом взаимосвязи с оккупациональной деятельностью. Целью медицины является лечение заболеваний, в то время как цель ОТ в восстановлении оккупациональной деятельности.

**Основные принципы оккупациональной терапии:**

1. Участие в оккупациональной деятельности жизненно необходимо. Оно позволяет человеку удовлетворить природные потребности, приобрести навыки и способности, необходимые для преодоления жизненных проблем, позволяют достичь чувства удовлетворенности и значимости.
2. Участие в оккупациональной деятельности является важным компонентом социальной адаптации человека. Она осуществляется в определенной социальной и культурной среде. Нарушение этой деятельности может повлиять на способность человека исполнять социальные обязанности.
3. Участие человека в оккупациональной деятельности зависит от воздействия ряда факторов, которые включают индивидуальные особенности, характер и смысл оккупациональной деятельности, социальную и окружающую среду, на фоне которых протекает эта деятельность. Представление об индивидуальной оккупациональной деятельности складывается на основании тщательной оценки всех этих факторов и взаимоотношений между ними.
4. Каждый пациент активно вовлекается в процесс ОТ. Взаимоотношения между пациентом и оккупационным терапевтом складываются на основе сотрудничества. И терапевт и пациент вносят в этот процесс свои знания, умения и опыт, участвуют в разработке и осуществлении приемов ОТ.
5. Каждый человек имеет возможности для своего развития и совершенствования. Хотя возможности и способности могут быть по разным причинам ограничены, каждый человек имеет потенциал к развитию и совершенствованию. Люди, страдающие недееспособностью, все же располагают резервами для удовлетворительной оккупациональной деятельности.
6. Между элементами, составляющими занятия, должен быть баланс, который необходим для обеспечения здорового и благоприятного образа жизни. Уход за собой, досуг и трудовая деятельность составляют определенную структуру в повседневной жизни человека. Возможность деятельности в каждой из трех областей обеспечивает удовлетворение потребности в занятиях. Например, человек, у которого уход за собой занимает слишком много времени, не может участвовать в трудовой деятельности, и следовательно удовлетворять потребность в значимой социальной сфере или достичь экономической независимости. Занятия рассматриваются в перспективе развития. Сами оккупациональные занятия, а также требования и обязательства, связанные с оккупациональной деятельностью, изменяются на протяжении жизни. Оккупациональный терапевт учитывает возрастные особенности пациента при назначении ОТ.
7. Вовлечение пациентов в занятия считается нормальным и социально оправданным. Человек имеет право использовать оккупациоанальную деятельность в той форме, которая позволит ему интегрироваться в общественную жизнь. Поэтому оккупациональный терапевт должен принимать во внимание как возможности пациента, так и особенности социальной обстановки.
8. Оккупациональная деятельность используется в качестве терапии. Оккупациональные занятия позволяют развивать способности и навыки пациентов, которые могут быть использованы в повседневной жизни. Они позволяют пациентам адаптироваться к окружающей обстановке, в которой эти занятия проводятся.

**2.     Различия между оккупациональной терапией и медициной**

Несмотря на то, что ОТ является лечебной профессией, она значительно отличается от других медицинских специальностей.

Если медицина накапливает информацию о признаках и симптомах заболеваний, нарушений и травм и разрабатывает способы лечения, то оккупациональная терапия собирает информацию о самообслуживании, проведении досуга и трудовой деятельности пациентов и осуществляет стратегию, направленную на восстановление и нормализацию оккупациональной деятельности.

Следует отметить, что не все болезни приводят к нарушению оккупациональной деятельности. Заболевания могут носить временный характер и не вызывать отклонений. Например, перелом ноги или простуда вызывают нарушение здоровья, но не приводят к существенным изменениям в оккупациональной деятельности. Отклонения в состоянии здоровья могут быть значительными, но не вызывать нарушения тех функций, которые определяют оккупациональную деятельность человека. Так, человек, перенесший ампутацию нижней конечности выше коленного сустава, может продолжать работу учителя, поскольку этот род деятельности не требует значительной мобильности. В случае, когда требуется высокая подвижность, необходимо помочь человеку адаптироваться, для того, чтобы он мог справиться с работой.

Имеется много заболеваний, которые носят хронический характер и слабо поддаются лечению. ОТ оказывает помощь людям, страдающим такими заболеваниями, несмотря на состояние их здоровья.

Для лечения заболеваний медицина использует лекарственные средства, физические упражнения и другие способы, позволяющие устранить симптомы заболеваний. ОТ использует целенаправленную оккупациональную деятельность с тем, чтобы улучшить выполнение действий по уходу за собой, проведению досуга и трудовой деятельности.

Таким образом, ОТ исходит из представления о том, что состояние здоровья человека определяется рядом факторов, которые лежат за границами понятий о болезни и патологическом состоянии.

И хотя наличие болезни является важным фактором в определении оккупационального здоровья, это не представляется единственным фактором помощи людям. Человек может быть болен, но в плане занятий он может быть здоров. Как правило, пациент, оккупациональная деятельность которого ограничена по причине состояния здоровья, будет хорошо поддаваться терапии, которая сочетает медикаментозное лечение и компенсаторные приемы оккупациональной терапии.

**3. Основные области оккупациональной терапии**

**В центре внимания ОТ стоят занятия, которые включают в себя три области:**

* самообслуживание или уход за собой;
* трудовую деятельность;
* проведение досуга и отдыха.

На характер занятий по уходу за собой, проведению досуга и трудовой деятельности существенно влияют социальные и культурные факторы. Действия, которые в одних условиях считаются типичными и уместными, могут считаться неприемлемыми в других. Оккупациональный терапевт должен учитывать это в своей практической деятельности.

Хотя занятия и подразделяются на три области, в повседневной жизни их невозможно отделить одну от другой, поскольку они взаимосвязаны и взаимозависимы. Так, например, человек, имеющий оплачиваемую работу, может занимать свою должность, только если он в состоянии следить за собой, соблюдать правила гигиены. Люди часто принимают участие в работе по тем же причинам по которым они проводят досуг, например, для удовлетворения своих интересов, общения с друзьями и т.д. Некоторые виды трудовой деятельности, такие как родительские обязанности или ведение домашнего хозяйства, не имеют временных границ и могут совпадать с проведением досуга.

Следует отметить, что различные виды деятельности различными людьми воспринимаются по-разному. Одинокий человек рассматривает приготовление пищи как уход за собой, семейный - как трудовую деятельность, а если оно связано с приемом гостей, то его можно рассматривать как досуг.

**Уход за собой**

Уход за собой традиционно связывают с внешним видом человека. Это такого рода занятие, которое люди выполняют ежедневно, чтобы поддерживать здоровье и благополучие. Деятельность по уходу за собой включает:

**Уход за внешностью** - мытье, расчесывание и укладку волос, бритье, макияж, уход за кожей и ногтями.

**Купание-умывание** - намыливание, обмывание и высушивание всех участков тела, безопасное принятие ванны или душа, погружение в ванну и выход из нее.

**Гигиена полости рта** - уход за полостью рта, зубами, деснами, зубными протезами.

**Одевание** - выбор одежды, одевание и раздевание, застегивание пуговиц, молний и других крепежных приспособлений, выведение пятен и ремонт одежды, надевание и снятие обуви, протезов.

**Пользование туалетом** - перемещение в туалет и обратно, принятие и сохранение в нем соответствующего положения, личная гигиена, уход за собой при менструации.

**Прием пищи** - использование столовых принадлежностей, поднесение пищи ко рту, глотание, употребление напитков, жевание, откашливание.

**Передвижение** - передвижение с одного места на другое, перемещение, изменение положения тела.

**Транспортировка** - вождение автомобиля, использование общественного транспорта.

**Покупки** - выбор товаров и их оплата.

**Операции с деньгами** - ведение бюджета семьи, определение достоинства денег, использование денег при покупке товаров, осторожность в обращении с деньгами.

**Приготовление пищи** - составление меню, подготовка продуктов, использование кухонных принадлежностей, хранение продуктов, мытье посуды.

**Прием медикаментов** - приобретение лекарств, прием лекарств в соответствие с назначением врача, безопасное хранение лекарственных средств.

**Укрепление здоровья** - забота о состоянии здоровья, организация здорового образа жизни.

**Соблюдение мер безопасности** - осторожность при использовании нагревательных и электрических приборов, транспорта и т.д.

Обычно деятельность по уходу за собой требует 2-3 часа в день. Хотя она не занимает основную часть времени человека, она имеет важное значение для поддержания здоровья и благополучия и является основанием для тех действий, которые человек совершает в других областях занятий. Например, уход за внешностью, одевание, прием пищи готовят человека к действиям, связанным с его трудовой деятельностью.

**Трудовая деятельность**

Трудовая или продуктивная деятельность подразумевает такую активность, которая служит интересам общества и обеспечивает человека и его семью товарами и услугами. Трудовая деятельность ассоциируется с представлениями об обязанностях и обязательствах. Традиционное ее представление предусматривает профессиональную подготовку, оплату за труд, заботу о семье и т.д.

**Работа (оплачиваемая)** - деятельность человека на службе или работе, за которую он получает финансовое вознаграждение.

**Работа (добровольная)** - деятельность, за которую человек не получает финансового вознаграждения.

**Образование** - деятельность, направленная на обучение и подготовку человека к трудовой деятельности.

**Ведение домашнего хозяйств**а - деятельность, связанная с ведением домашнего хозяйства, предусматривает ведение бюджета, покупки, приготовление пищи, уборку квартиры, работу в саду и т.д.

**Родительские обязанности** - деятельность связанная с уходом за младенцами, воспитанием детей и подростков.

**Уход** - это занятие предполагает оказание помощи и заботу о людях, которые не способны ухаживать за собой сами, например, супруги, престарелые родители, другие родственники и соседи.

**Профессиональная ориентация** - процесс определения характера потенциальных продуктивных занятий, круга интересов, навыков в отношении трудовой деятельности.

**Пенсионное прогнозирование** - определение продуктивных занятий для людей пожилого и старческого возраста.

Трудовая деятельность представляет особый интерес для оккупационных терапевтов, так как люди с недееспособностью уделяют этому как правило, меньше времени, чем принято, и могут быть исключены из сферы трудовой деятельности. Общество расценивает людей с недееспособностью как неспособных к труду. Современная реабилитационная практика подчеркивает важность трудовой деятельности людей с недееспособностью и помогает им адаптироваться путем созданий особых условий и приспособлений.

 **Досуг** включает занятия такого рода, которые дают человеку ощущения удовольствия, хорошего настроения и веселья. Люди используют досуг для того, чтобы расслабиться, снять стресс, удовлетворить интересы, поддерживать себя в хорошей физической форме, участвовать в общественной жизни. Деятельность при проведении досуга включает:

**Спорт и физическая активность** - роль зрителя, участника, тренера или организатора спортивных мероприятий.

**Художественная деятельность** - занятия живописью, рисованием, литературным и поэтическим творчеством.

**Прикладное искусство** - вязание, вышивание, резьба по дереву и др.

**Общение с другими людьми** - телефонные разговоры, написание писем, посещение и организация вечеров и др.

**Забота о животных, уход за растениями** - выращивание растений и уход за животными.

**Хобби** - разнообразная деятельность по интересам.

Кроме того, досуг включает в себя посещение клубов, сауны и бани, игры и другие развлечения. Досуг играет особо важную роль в жизни людей с недееспособностью, когда участие в трудовой деятельности ограничено. Особую роль приобретает досуг после ухода на пенсию, когда человек должен адаптироваться к новым условиям вне сферы трудовой деятельности.

**4. Понятие недостаточности, недееспособности и нетрудоспособности**

Для понимания сферы деятельности оккупационального терапевта следует различать понятия - недостаточность, недееспособность и нетрудоспособность.

**Недостаточность** - потеря или нарушение психологической, физиологической или анатомической структуры или функции в отношении состояния здоровья человека. Она может быть временной или постоянной и включать аномалии, дефекты или утрату конечности, органа или дефект функциональной системы организма, например, умственные отклонения. Понятие недостаточности не указывает причину нарушения и включает травмы, врожденную или приобретенную патологию. Лицо, имеющее недостаточность не считается больным. Он не всегда ограничен в своей деятельности. Например, человек с недостаточностью, вызванной диабетом, может не иметь отклонений в своей трудовой деятельности.

**Недееспособность** - ограничение способности или невозможность выполнять какую-либо деятельность в объеме, нормальном для человека. Недееспособность - отклонение от нормы в отношении производительной деятельности, она может быть временной или постоянной, обратимой или необратимой. Недееспособность включает:

* отклонения в поведении;
* затруднения при уходе за собой;
* ухудшение моторной активности;
* снижение трудовой деятельности.

**Нетрудоспособность** - недостаток, который ограничивает или исключает возможность выполнения нормальных функций данного человека. Она является следствием недостаточности или недееспособности в социальном или бытовом отношении.

Стремление ОТ помочь человеку удовлетворительно и успешно выполнять занятия связано с концепцией недееспособности. Ограничения трудовой деятельности, вызванные какой-либо недостаточностью, влияют на возможность человека осуществлять уход за собой, проводить досуг и выполнять продуктивную деятельность. ОТ помогает пациенту уменьшить проявления недееспособности и нетрудоспособности.