

Aktivitet – ergoterapeuters sentrale bidrag til miljøterapi

Av Tore Bonsaksen, Trine Marie Sandberg og Mikaela Söreskog og Brian Ellingham

*Tore Bonsaksen er dosent ved OsloMet – storbyuniversitetet, Institutt for ergoterapi og ortopediingeniørfag, Oslo og ved VID Vitenskapelige Høgskole, Fakultet for helsefag, Sandnes.
E-post: tore.bonsaksen@hioa.no*

Trine Marie Sandberg studerer Bachelor i ergoterapi ved OsloMet – storbyuniversitetet, Institutt for ergoterapi og ortopediingeniørfag.

Mikaela Söreskog studerer Bachelor i ergoterapi ved OsloMet – storbyuniversitetet, Institutt for ergoterapi og ortopediingeniørfag.

Brian Ellingham er høgskolelektor ved OsloMet – storbyuniversitetet, Institutt for ergoterapi og ortopediingeniørfag.

AKTIVITET – ERGOTERAPEUTERS SENTRALE BIDRAG TIL MILJØTERAPI

Sammendrag

En økende andel ergoterapeuter i psykisk helsearbeid ansettes i miljøterapeutstillinger, og ergoterapistudenter får ofte praksisplasser på steder hvor veilederne har slike stillinger. Studenter uttrykker gjerne at praksis er lærerikt, samtidig som de kan etterspørre en tydeligere ergoterapifaglig profil. Begrepene «miljøterapi» og «terapeutisk samfunn» brukes ofte om hverandre og viser til en behandlingsform som kom til Norge i 1960-årene. Miljøterapi innebærer at deltakelse i felles aktiviteter i et sosialt miljø brukes terapeutisk for å utvikle relasjonell kompetanse og mestring. Siden har miljøterapi antatt mange ulike former, hvor nåtidens individrettete tilnærming kan være vanskelig å identifisere med utgangspunktet. Denne artikkelen omhandler ergoterapiens plass i miljøterapi. Eksempler på studenters anvendelse av metodisk bruk av aktivitet illustrerer hvordan ergoterapeutisk tenkning og praksis kan ha en spesiell plass innenfor rammen av miljøterapeutiske opplegg.

Nøkkelord: Miljøterapi, ergoterapi, metodisk bruk av aktivitet

Det er ingen interessekonflikter om denne artikkelen.

INTRODUKSJON

Ergoterapeuter arbeider på mange ulike arenaer, de fleste i den offentlige helse- og sosialtjenesten. Antallet ergoterapeuter i Norge vokser og består i mars 2017 av 4722 personer hvorav 4691 er registrert å være i arbeid (Statistisk Sentralbyrå, 2017). Ved de seks norske utdanningsstedene fullfører mange nye ergoterapeuter sin utdanning hvert år. I lys av at ergoterapi blir en lovpålagt tjeneste i alle landets kommuner fra 2020 (Helse- og omsorgsdepartementet, 2016-2017), er det forventninger om at yrkesgruppen vil bli større og få en mer fremtredende plass i helsetjenestene i årene fremover. For ergoterapeuter er dette et løfterikt perspektiv.

Dette vekstpregede bildet er imidlertid ikke entydig. Noen steder foreslås organisatoriske endringer som gjør at stillinger ikke lenger vil være profesjonsspesifikke, men istedet åpnes for ulike yrkesgrupper ved at de gjøres om til miljøterapeutstillinger. Vinteren 2017 ble en slik foreslått endring i sykehjemsetaten i Oslo kommune stanset etter sterk mobilisering, med argumenter knyttet til faglig utarming og innføring av «alt-mulig-terapeuter» uten en klar kompetanseprofil, dersom ergoterapeut- og fysioterapeutstillinger skulle omgjøres til miljøterapeutstillinger (Haugen, Munthe, & Ulven, 2017).

For utdanningsstedene er det et vedvarende problem å lokalisere et tilstrekkelig antall ergoterapeuter i praksisfeltet som kan påta seg rollen som praksisveileder for ergoterapistudenter som skal ut i praksis. En del av ergoterapeutene som påtar seg veilederrollen, er til en viss grad ansatt i nettopp miljøterapeutstillinger. Gitt at veilederne har en god ergoterapifaglig forankring er ikke dette et problem i seg selv. Det kan imidlertid kreve noe mer faglig modenhet hos studentene som kommer til disse stedene – disse studentene blir spesielt utfordret med tanke på å bruke og formidle ergoterapikompetanse innenfor rammen av en praksis hvor grenseoppganger mellom yrkesgrupper kan være mer flytende enn andre steder. Her kan også språket for å formidle erfaringer og observasjoner være annerledes enn det som de er vant med.

Den faglige konteksten for beskrivelser av miljøterapi synes i stor grad å være psykisk helsearbeid i ulike former og på ulike arenaer. Omfanget av norsk-språklige forskningsartikler om miljøterapi er likevel ikke stort. Et søk i databasen SweMed+ med søkeordet «miljøterapi» i juni 2017 ga treff på 36 artikler publisert etter år 2000, hvorav 14 var fagfellevurderte vitenskapelige artikler. Det tematiske spennet

i disse artiklene strekker seg over helsepersonells utfordringer knyttet til å forebygge og håndtere selvskadning (Rovik, 2007, 2011), suicidalitet (Hetland & Herrestad, 2008) og vold (Lillevik & Øien, 2012), men også positive erfaringer blant helsepersonell knyttet til samarbeid (Ervik, Sælør, & Biong, 2012), egen kompetanseheving (Sommer & Eilertsen, 2013) og relasjonelle praksiser (Næss & Biong, 2014).

Begrepene miljøterapi og terapeutisk samfunn blir ofte brukt om hverandre. De første terapeutiske samfunn ble etablert i England og USA i 1940-årene, men det kan argumenteres for at miljøterapi (for øvrig i likhet med ergoterapi) har sine røtter i «moral treatment»-bevegelsen som oppstod for 200 år siden (Ness, 2002; Skårderud & Sommerfeldt, 2013; Tranøy, 2015; Vaglum, 2017). Tradisjonelt var legene og psykologene «behandlere», mens andre profesjoner ga omsorg og aktiviserte pasientene. Pasientene var passive mottakere av tilbud. I de terapeutiske samfunnene ble denne rollefordelingen endret, og pasientene ble selv terapeuter sammen med alt personale. Med utgangspunkt i psykodynamisk og sosialpsykologisk tenkning ble psykiske lidelser forstått som uttrykk for relasjonelle problemer. I samspill med den psykoterapeutiske behandlingen sto miljøterapeutene for en behandling med fokus på samhandlingsproblemer som ble bearbeidet gjennom gruppeaktiviteter (Vaglum, 2017). Miljøterapi vektlegger prosesser som kan iverksettes og støttes i miljøet hvor pasienten befinner seg. Miljøterapeuter planlegger og tilrettelegger for en terapeutisk bruk av samspillet mellom brukere i miljøet. Gjennom samhandling legger man til rette for fysisk, psykisk og åndelig vekst og en styrking av brukerens egenomsorg. Ergoterapeuters kompetanse i tilpassing av omgivelser og aktivitetsformer er høyaktuelle bidrag til miljøterapi (Andvig, Jahre, Syse, & Maan, 2010; Cara & MacRae, 2013; Lillevik & Øien, 2015; Simensen, 2013; Tranøy, 2015).

Øye og Skorpens (2010) studie av dagliglivet i et psykiatrisk sykehus peker på en iboende spenning mellom miljøterapiens historiske utgangspunkt og dagens praksis. Rester av tilnærmingens kollektive orientering kan i dag gjenfinnes i en rutinemessig fordeling av husordensoppgaver på avdelingene, og i en viss grad av fellesaktiviteter. Likevel bærer miljøterapi i dag preg av individualisme, behandlingsfokus rettet mot den enkelte pasient, og aktiviteter som skjer i en-til-en relasjoner mellom pasienter og ansatte. Med en slik dreining av ideologi og praksis – en dreining fra et kollektivt til et individuelt fokus – argumenteres det for at mye av det opprinnelige

grunnlaget for miljøterapi ikke lenger er til stede (Vaglum, 2017; Øye & Skorpen, 2010).

Mathisen og medarbeidere (2015) studerte brukermedvirkning ved tre ulike distriktpsikiatriske sentre. De så spesielt på hvordan brukermedvirkning kom til uttrykk gjennom måten pasienter deltok i utformingen av de miljøterapeutiske aktivitetene på. Fra et omfattende feltarbeid fant de at både pasienter og ansatte ofte står i et krysspress. Pasientene kan være svært syke og samtidig møte forventninger om at de bør delta i beslutninger og aktiviteter. De ansatte forsøker å balansere mellom å møte individuelle pasientbehov og å ivareta mer kollektive hensyn, for eksempel ved å gjennomføre planlagte aktiviteter for pasientgruppen som helhet, eller ved å sørge for å opprettholde rutineene på avdelingen. Forfatterne argumenterte for at pasienters ønsker om å «slippe» å delta i aktiviteter som skjer i avdelingsmiljøet, noen ganger nettopp kan ses som et uttrykk for medvirkning. Samtidig er de ansattes støtte til at pasienter gradvis skal kunne ta ansvar for seg selv og sitt eget liv, en vanskelig oppgave å balansere, og kan gi en følelse av ikke å strekke til (Mathisen et al., 2015).

Tross indre spenninger knyttet til hva miljøterapeutisk ideologi og praksis skal være, og tross ytre motstand mot å la ergoterapi bli omfattet av miljøterapi som paraplybegrep: Miljøterapeutstillinger har eksistert i flere tiår, og det er liten tvil om at de er kommet for å bli. Mange ergoterapistudenter i avslutningsfasen i studiet søker på, og vil få, disse stillingene. Utfordringen synes derfor å være å bistå ergoterapeuter og ergoterapistudenter med teoretiske og praktiske redskaper slik at de kan tenke og handle i samsvar med egen faglig bakgrunn og kompetanse, også der hvor de er ansatt som miljøterapeuter.

HENSIKT

Med denne artikkelen vil vi klargjøre et teoretisk grunnlag for å kunne betrakte ergoterapi som et vesentlig bidrag til miljøterapi. Vi vil derfor sette ergoterapeutens begrep om miljø i sammenheng med aktivitetsanalyse og -syntese, og vi vil gi noen praktiske eksempler på hvordan ergoterapeuter med et slikt fokus på aktivitet nettopp kan bidra til den terapeutiske utformingen av et miljø for personer med psykiske helseproblemer.

Hva består et miljø av?

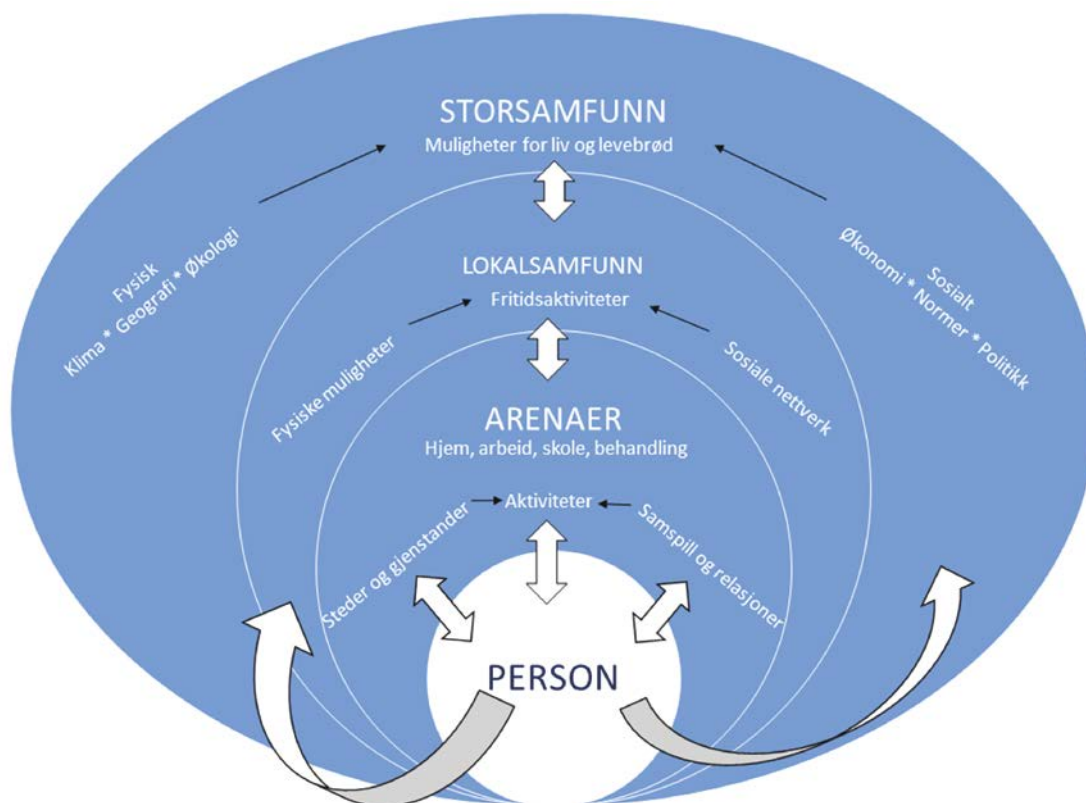
Det er vanskelig å tenke på aktivitet uten begreper om miljøet. Når vi gjør noe, så gjør vi det nettopp i

en miljømessig sammenheng. For å hente ideer til hvordan vi kan gjøre det mulig for folk med aktivitetsvansker å delta i viktige aktiviteter, må vi derfor starte med en analyse av begrepet «miljø». Hvilke deler består det av, og hvordan henger delene sammen med hverandre?

Fisher, Parkinson og Haglund (2017) fremstiller miljøfaktorene med betydning for menneskers aktivitet som vist i Figur 1. Modellen viser at miljøet består av tre dimensjoner: Det fysiske, det sosiale og aktivitetsformer. Aktivitetsformer skapes gjennom et samspill mellom de fysiske (objekter og steder) og sosiale dimensjonene (relasjoner og sosiale samspill) som avgrensner den aktuelle situasjonen. Samtidig har både de fysiske og de sosiale aspektene ved miljøet ulik grad av nærhet eller avstand til personen – vi kan se på miljøet som delt inn i flere lag eller nivåer. Det ytre laget kan ses på som storsamfunnets rammefaktorer, som muliggjør og avgrensner folks aktivitetsdeltakelse på et over-individuelt nivå, siden dette er forhold som gjelder for alle som lever i den aktuelle konteksten. Det midterste nivået består av nabolag og lokalsamfunn. Dette nivået preger personens umiddelbare omgivelser, samtidig som det selv er rammet inn av storsamfunnets normer, regler og materielle forhold. Likevel, når vi snakker om miljø og miljøterapi, snakker vi oftest om de forholdene som ligger nærmest individet, og som derfor er lettest påvirkelige for endring. Dette nivået nærmest personen kan beskrives med ord som angir hvor personen utfører sine daglige aktiviteter, som hjemmet, arbeidsplassen, skolen eller behandlingsstedet. Miljøterapi utført av ergoterapeuter vil oftest innebære å endre på spillet mellom fysiske og relasjonelle forhold som virker direkte inn på folks mulighet til å utføre viktige aktiviteter i eget hverdagsliv.

TILRETTELEGGING AV AKTIVITET: ERGOTERAPEUTENS BIDRAG TIL ET TERAPEUTISK MILJØ

Å legge til rette for aktivitet vil si å matche personens individuelle ressurser og begrensninger med de kravene som ulike aktiviteter stiller i en miljømessig kontekst. *Miljøterapi* innebærer at miljøet ikke er en gitt størrelse, men kan forandres, slik at det bidrar til en bedre match. Vi kan intervenere miljøterapeutisk i en sosial gruppe ved for eksempel å endre gruppens størrelse og hvilke personer som inngår i den, og ved å regulere hvilke normer som skal gjelde for samspill og aktivitet. Vi kan endre stedene hvor aktiviteter foregår – bading kan foregå i en svømmehall med mye liv og røre, men også i et



Figur 1. Miljøets struktur og innvirkning på individers aktivitet (bearbejdet etter Fisher, Parkinson og Haglund, 2017)

stille tjern i skogen. De ulike stedene kan gi helt ulike forutsetninger for at folk skal kunne delta i en aktivitet som bading. Objekter eller «ting» kan forandres eller erstattes, slik at det blir lettere for folk å bruke dem til å utføre sine gjøremål. Ved å endre objektene som folk bruker, så endrer vi miljøet.

Vi vil vise og kommentere to eksempler på hvordan ergoterapeuter og ergoterapistudenter kan legge til rette for aktivitet for personer med ulike psykiske helseproblemer. Eksemplene er omskrevet med utgangspunkt i oppgavebesvarelser knyttet til tidligere praksisperioder for to av forfatterne (TMS og MS). Vekten er lagt på arbeid med aktivitetsanalyse og på å beskrive hva en slik analyse kan bety for den videre utformingen av aktivitet for den aktuelle klienten.

HARALD

Harald er en mann i 20-årene med psykoselidelse og stort funksjonsfall. Han bor hjemme hos mor og benytter seg av et psykiatrisk dagtilbud et par ganger i uken. Han har vansker med å sette i gang aktiviteter på eget initiativ og fremstår generelt som apatisk og med lite initiativ. Harald har også utfordringer i sosiale relasjoner, da han tar lite initiativ i samtale med andre og kun svarer kort og lite utdypende på konkrete spørsmål eller henvendelser. Han har tidli-

gere gitt uttrykk for at han ønsker å komme mer inn i det sosiale miljøet på stedet.

Harald er med på treningsgruppe og lunsj en fast dag i uka. Han er ofte passiv på treningsgruppa og oppmuntres av personalet til å delta mer aktivt. Han sier at han setter pris på å gå en times tur hver dag i nabolaget hjemme, mens moren hans har fortalt at det skal mye overtalelse til fra henne for å få ham med ut på disse turene. Harald gir ikke uttrykk for å ha så mange interesser utenom daglige turer, men han pleide å spille bilspill tidligere og var god til dette. Hans aktivitetsmål er å delta i sosiale aktiviteter sammen med andre brukere på stedet. På stedet foregår mye av behandlingen sammen med andre brukere og ansatte i form av miljøterapi, som inkluderer faste aktivitetsgrupper. Det anses derfor som viktig å få brukerne inn i miljøet, hvor de etter hvert blir kjent og fortrolig med andre brukere, de ansatte og aktivitetsgruppene.

Det ble invitert til turnering i bilspillet Gran Turismo. Data- og tv-spill var en latent interesse for flere av brukerne av dagtilbudet, og aktiviteten var også kjent for Harald. Vi håpet at aktiviteten kunne vekke mestringsfølelse og engasjement. Dagligstuen på stedet skulle brukes til aktiviteten, og Harald og en av hans medpasienter på stedet ble invitert. Struk-

Kort beskrivelse av aktiviteten: Delta i turnering sammen med andre brukere og ansatte. Spillet er satt opp av ergoterapistudenten og er klart til bruk. Brukerne avtaler hvem som starter og organiserer aktiviteten videre.		
Beskrivelse av trinn eller operasjon	Nøkkelpunkter/kommentarer	Aktuelle ferdigheter
1. Møte opp nede i stuen.	Møte opp og vente på andre som vil spille.	Søker kunnskap. Holder fokus, engasjerer.
2. Avtale hvem som starter å spille mot hverandre.	Brukerne avtaler med hverandre med minst mulig innspill fra meg.	Søker kunnskap, er målrettet. Engasjerer, står frem/sier ifra, samarbeider.
3. Starte spillet.	Spillet er allerede slått på og står på riktig «modus». Spillerne tar opp konsollene og plasserer seg hensiktsmessig i forhold til TV.	Søker kunnskap, navigerer, orienterer seg, tilpasser omgivelser. Samarbeider.
4. Spillerne blir enige om hvilken bil de skal kjøre og banen de skal kjøre på.	Stor forskjell på de forskjellige banene. Noen er vanskeligere enn andre. Spillerne får instruksjon om at de bør velge samme bil.	Søker kunnskap, er målrettet, velger. Står frem/sier ifra, deler.
5. Spille mot hverandre.	Kjører bilene i spillet mot hverandre og konkurrerer om å komme først i mål.	Legger merke til, holder oppmerksomhet, orienterer seg, tilpasser handlinger, tar lærdom av.
6. Avslutte første runde.	Vinneren blir sittende for en runde til mens taperen bytter plass med neste spiller.	Tilpasser seg, respekterer, orienterer kroppen.
7. Spille mot hverandre.	Andre runde.	Legger merke til, holder oppmerksomhet, orienterer seg, tilpasser handlinger, tar lærdom av.
8. Avslutte andre runde.	Vinneren blir sittende for en runde til mens taperen bytter plass med neste spiller.	Tilpasser seg, respekterer, orienterer kroppen.
9. Finale.	Vinnerne av de to rundene spiller mot hverandre.	Legger merke til, holder oppmerksomhet, orienterer seg, tilpasser handlinger, tar lærdom av.
10. Gratulere vinner og avslutte.		Legge merke til/reagere på. Engasjerer, uttrykker, respekterer.
Konklusjon: Aktiviteten setter krav til en rekke ferdigheter, spesielt blant prosessferdighetene. Med tanke på kommunikasjons- og interaksjonsferdigheter setter aktiviteten spesielt krav til å kunne stå frem/si ifra, engasjere seg, samarbeide, dele, uttrykke, respektere andre og tilpasse seg.		

Tabell 1: Analyse av strukturen i den planlagte aktiviteten «Gran Turismo-turnering».

turen i den planlagte aktiviteten var som skissert i Tabell 1.

I planleggingen ble det lagt opp til at aktiviteten også skulle fungere som en kartleggingssituasjon – en situasjon hvor strukturert observasjon av Haralds ferdigheter på spesifikke områder skulle gi et bedre grunnlag for intervensjoner i tiden fremover. Det ble fokusert på kommunikasjons- og interaksjonsferdigheter, siden Harald snakker lite, svarer kort på henvendelser og selv uttrykker at det er vanskelig å komme inn i det sosiale miljøet på stedet. Målet med aktiviteten var derfor dels å observere og kartlegge ressurser og utfordringer, men også at Harald skulle få en anledning til å ha det moro og bygge relasjoner med andre brukere på stedet gjennom å gjøre en kjent aktivitet i fellesskap.

I vurderingen av Haralds kommunikasjons- og interaksjonsferdigheter i denne aktiviteten ble det

tatt utgangspunkt i begrepene som er brukt i EVA-systemet (Ellingham, Clark, & Jespersen, 2015). Ferdighetsbegrepene, som bygger Assessment of Communication and Interaction Skills (Ellingham, Hussain, & Bonsaksen, 2014; Forsyth, Lai, & Kielhofner, 1999; Forsyth, Salamy, Simon, & Kielhofner, 1998), angir 20 konkrete ferdigheter som brukes i aktiviteter som innebærer sosial omgang med andre. Ferdighetene vurderes med tanke på hvor tilfredsstillende, trygg og/eller selvstendig utførelsen er i forhold til aktivitetens krav, og det gis rom for utdypende kommentarer (konkret observasjonsgrunnlag) knyttet til hver av de observerte ferdighetene. Vurderingen av Haralds ferdigheter i denne aktuelle situasjonen er som vist i Tabell 2.

Aktivitetsobservasjonen med vekt på kommunikasjons- og interaksjonsferdigheter viste at det var spesielt utfordrende for Harald å hevde seg, enga-

- FAGLIG -

KROPPSSPRÅK		
Ferdighet	Kommentarer	Gradering
Berører	Ikke observert (bruker berørte ikke andre under hele aktiviteten).	0----- -----1
Bruker øy-nene	Ikke observert (Bruker har liten blikk-kontakt med andre, men det er heller ikke nødvendig for aktiviteten).	0----- -----1
Bruker ansiktsuttrykk	Smiler når det blir sagt noe morsomt. Har ansiktsuttrykk som passer til situasjonen men virker noe apatisk.	0----- X-----1
Gestikulerer	Har noe mimikk men bruker kroppen lite i kommunikasjon.	0-----X -----1
Flytter seg	Flytter seg når det kommer flere som skal sitte i sofaen.	0----- -----X1
Orienterer kroppen	Snur seg mot TV en når det er hans tur til å spille. Snur hodet eller kroppen mot andre når han blir pratet til.	0----- -----X1
Inntar stillinger	Finner seg raskt en passende plass i sofaen med passe avstand til både TV og sidemann.	0----- -----X1
INFORMASJONSUTVEKSLING		
Ferdighet	Kommentarer	Gradering
Artikulerer	Snakker litt lavt innimellom og ble bedt om å gjenta i noen tilfeller. Ellers klar og tydelig tale.	0----- -----X-1
Står frem/sier fra	Hevder seg lite. Sa ikke at han ville være med å spille før han ble spurt direkte med fornavn.	0X----- -----1
Spør	Ikke observert (spør ikke, men ser heller ikke ut til å ha behov for det).	0----- -----1
Engasjerer	Blir først med etter oppfordring fra andre i gruppa. Lar andre spillere velge bil og bane uten innspill.	0-X----- -----1
Uttrykker	Smiler når han vant første runde. Utrykker seg passende for situasjonen.	0----- -----X1
Modulerer	Bruker noe tonefall i tale men høres monoton ut mesteparten av tiden.	0----X-- -----1
Deler	Sier at han pleide å spille mye bilspill før da andre i gruppa poengterte at han var god. Er ellers stille under aktiviteten.	0----- --X----1
Snakker	Snakker lite men svarer adekvat på spørsmål og henvendelser.	0----- -----X1
Opprettholder	Stopper opp noen ganger under samtale. Fortsetter selv der han slapp. Har noe latenstid. Svarer kort og lite utfyllende.	0--X--- -----1
RELASJONER		
Ferdighet	Kommentarer	Gradering
Samarbeider	Ikke observert (Var ikke med i samarbeidet om å organisere aktiviteten og ble først med etter oppfordring fra andre. Prater og deler lite på eget initiativ. Har derfor lite grunnlag for å score samarbeidsevne).	0----- -----1
Tilpasser seg	Følger reglene som er satt for turneringen.	0----- -----X1
Holder fokus	Har oppmerksomheten rettet mot aktiviteten hele tiden uten utfordringer.	0----- -----X1
Relaterer	Tar ikke kontakt med andre på eget initiativ. Svarer kort og lite utfyllende. Fremstår lite engasjert i samtale.	0--X---- -----1
Respekterer	Flytter seg når andre trenger plass i sofaen. Lar andre prate ferdig før han svarer.	0----- -----X1
Kommentarer/konklusjon		Gradering
Brukeren ser ut til å ha få utfordringer med selve aktiviteten, men er en passiv deltaker og ville ikke kommet i gang uten innspill fra andre. Brukeren fremstår som lite engasjert i forhold til både aktivitet og relasjon med andre. Det fremstår som spesielt utfordrende å hevde seg, engasjere, dele informasjon, modulere, opprettholde en samtale og relatere.		0----X -----1

Tabell 2: Analyse av Haralds kommunikasjons- og interaksjonsferdigheter anvendt i «Gran Turismo-turnering».

Kort beskrivelse av aktiviteten: Beboer er på kjøkkenet der aktiviteten skal foregå. Han skal ta frem redskaper (visp, skål, målebeger, sleiv, stekespade, tallerken og stekepanne), deretter ingredienser (ferdigblandet pose med ingredienser til pannekakerøre) og vann. Blande sammen ingrediensene med aktuelt redskap, slå på komfyren, steke pannekaker, ta fram bestikk, tallerken og syltetøy, dekke bordet, og servere pannekaker.		
Beskrivelse av trinn eller operasjon	Nøkkelpunkter/kommentarer	Ferdigheter
Ta frem redskap	Finnes i skapet på kjøkkenet	Begynner, velger, søker/lokaliserer.
Finne frem ingredienser	Finnes i skapet på kjøkkenet	Holder oppmerksomhet, samler, søker/lokaliserer tilpasser handlinger
Måle opp 12 dl vann	I 1 liters målebeger.	Holder oppmerksomhet, velger, anvender, håndterer, legger merke til, tilpasser handlinger.
Tømme innhold i skål	Toro ferdigpose med pannekakerøre	Holder oppmerksomhet, velger, anvender,
Blande sammen ingrediensene	Være oppmerksom på å ikke vispe for hardt så det skvetter, eller for lite så det blir klumper.	Velger, begynner, legger merke til, tilpasser handlinger.
Plassere stekepannen på stekeplata	Ligger nært skapet der den ble tatt frem.	Organiserer. Velger, navigerer, orienterer seg, fokuserer, innretter seg
Slå på stekeplata	Vri til riktig temperatur (gammel komfyr) for å varme opp og tilpasse temperaturen.	Begynner, legger merke til, tilpasser handlinger, tilpasser omgivelser, tar lærdom av.
Helle røre i stekepannen.	Passe på at det ikke blir for mye i stekepannen, eller for lite. Eventuelt ha i stekesmør om dette trengs.	Tilpasser handlinger, tilpasser omgivelser, organiserer, legger merke til
Vende pannekaken	Vende pannekaken til riktig tid så den ikke blir brent eller for myk.	Begynner, tilpasser handlinger, tilpasser omgivelser, orienterer seg,
Ta frem tallerken	Ligger i skapet på kjøkkenet.	søker/lokaliserer, orienterer seg
Legge ferdige pannekaker på tallerken.		Anvender, tilpasser handlinger.
Ta frem bestikk	Ligger i skuff på kjøkkenet	søker/lokaliserer, orienterer seg
Ta fram syltetøy	Står i kjøleskapet. Tas kun om beboerne ønsker dette.	søker/lokaliserer, orienterer seg
Servere pannekakene	Ved sofaen eller på kjøkkenet	søker/lokaliserer, tilpasser handlinger
Sitter ned	Ved sofaen eller på kjøkkenet	Navigerer, orienterer seg.
Konklusjon: Dette er en aktivitet med mange delmomenter som krever mer eller mindre prosessferdigheter som; holder oppmerksomhet, søker/lokaliserer, tilpasser handlinger og tilpasser omgivelsene. En viktig del av prosessen er å velge riktige redskaper og ingredienser, samt å kunne håndtere stekepannen og røren. Denne aktiviteten gir ergoterapeuten en mulighet til å se hvordan beboeren mestrer aktiviteter i hverdagslivet, og hvor selvstendig, trygg og sikker hen er i dette.		

Tabell 3: Analyse av strukturen i den planlagte aktiviteten «lage pannekaker».

sjere, dele informasjon, modulere, opprettholde og relatere (se Tabell 2). Det fremkommer at han har mange kommunikasjonsferdigheter, men det synes som om disse hemmes ved at han er så tilbaketruken og passiv. Haralds vansker med å engasjere seg er gjennomgående, og han har særlig vansker med å hevde seg. Disse to utfordringene kan også påvirke de andre ferdighetene negativt, og det er derfor vanskelig å kunne si sikkert hva som er viktigst.

Det kommer tydelig fram under aktiviteten at Harald trenger mye støtte og veiledning for å delta, til tross for at han viser mange gode kommunikasjons-

og interaksjonsferdigheter. Dette stemmer også med tidligere observasjoner gjort i aktivitetsgruppene han ukentlig deltar i. Spesielt interessant er hans manglende engasjement og hvordan han konsekvent unnlater å hevde seg. I videre samarbeid med Harald kan det lønne seg å diskutere disse to ferdighetene med ham, samt forsøke å styrke ferdighetene ved å sette aktivitetsmål og veilede Harald gjennom kjente aktiviteter sammen med andre brukere. Senere kan dette overføres til de faste aktivitetsgruppene og andre sosiale aktiviteter, som for eksempel å spise lunsj sammen med de andre brukerne.

GUSTAV

Gustav er en 40 år gammel mann som fram til nå har bodd hjemme hos sine foreldre. Han har hatt en udiagnostisert psykisk utviklingshemming siden fødselen. Han fikk relativt nylig en akutt psykose som gjorde at foreldrene syntes det ble for belastende å ha ham hjemme. Det kan variere fra time til time hvordan vanskene arter seg. Gustav har bodd i et kommunalt bofellesskap i omtrent en måned. Tidligere har han arbeidet i et tilrettelagt verksted. Nå kan han i blant ligge i sengen en hel dag uten å gjøre noe. Han har vansker med å ta initiativ og synes å ha lite tro på seg selv. I bofellesskapet er det viktigste langsiktige målet at beboerne skal bli så selvstendige at de skal kunne bo for seg selv.

Personer med psykoselaterte lidelser har ofte problemer med å lage og følge struktur i hverdagens aktiviteter (Johannsen, Congiatta, & Stentebjerg, 2016). Gustavs prosessferdigheter ble på denne bakgrunnen kartlagt i en situasjon hvor han skulle steke pannekaker hjemme i boligen sin. Dette var en aktivitet som han tidligere hadde gjort sammen med sin mor, som har syntes var lystbetont og motiverende, men som han likevel opplevde var vanskelig å gjøre selvstendig.

Målet med aktiviteten var at Gustav selvstendig og trygt skulle steke pannekaker. Den videre hensikten var å kartlegge hans prosessferdigheter i denne aktiviteten for dermed å kunne identifisere graden av selvstendighet og eventuelle hjelpebehov i denne type aktivitet. Det ble i forveien laget en struktur for aktiviteten som vist i Tabell 3. De viktigste sekvensene i aktiviteten er å ta fram redskaper og ingredienser, blande sammen ingrediensene, håndtere komfyren, steke pannekakene og dekke på bordet.

Prosessferdigheter er ferdigheter i å organisere sine handlinger slik at aktivitetens deler blir gjennomført i riktig rekkefølge. I denne sammenhengen er de viktigste ferdighetene: velger, anvender, avslutter, er målrettet, tilpasser handlinger/omgivelser, og tar lærdom av. Det er disse ferdighetene som sørger for at aktiviteten blir fullført og med et tilfredsstillende resultat i form av ferdigstekte pannekaker. I vurderingen av Gustavs prosessferdigheter i denne aktiviteten ble det igjen tatt utgangspunkt i EVA-systemets begreper (Ellingham et al., 2015). Ferdighetsbegrepene, som bygger på Assessment of Motor and Process Skills (A. Fisher, 1999), angir 21 konkrete ferdigheter knyttet til organisering av delhandlinger i aktivitet. Ferdighetene vurderes med tanke på hvor tilfredsstillende, trygg og/eller

selvstendig utførelsen er i forhold til aktivitetens krav. Det gis rom for utdypende kommentarer (det konkrete observasjonsgrunnlaget) knyttet til hver av de observerte ferdighetene. Vurderingen av Gustavs prosessferdigheter mens han lagde pannekaker er som vist i Tabell 4 (neste side).

Gustav velger, samler, anvender redskaper og ingredienser på en stort sett tilfredsstillende måte gjennom aktiviteten. Han tilpasser handlingene noe mindre tilfredsstillende – han snur pannekakene tidlig og glemmer å bruke smør i pannen. Gustav har også vansker med å ta lærdom av handlingene sine idet han måler opp vann og ser ut til å miste oppmerksomheten om det som han holder på med. Han rydder kjøkkenbenken og organiserer seg underveis, men spør også mye om hjelp. Ved flere tilfeller får han verbal og fysisk veiledning.

Ressursene til Gustav er at han spør om hjelp eller søker mer kunnskap når han trenger det, og han følger nøye de rutinene som han er sikker på. Han rydder etter seg og velger, anvender, og håndterer redskaper og omgivelser på en tilfredsstillende måte. Noen ganger har han begrensninger i form av problemer med å tilpasse handlinger og ta lærdom av ting han gjør, og han kan generelt være usikker på fremgangsmåten, da han spør mye om hjelp. Et eksempel er da han skulle måle opp 12 dl med et målebeger som tok en liter. Da verbal instruksjon ikke førte fram (om først å fylle målet helt, og deretter fylle opp på nytt til 2 dl), måtte han ha hjelp til akkurat dette. Gustav kunne også miste fokus noe når han ønsket å vise meg noe i leiligheten, men han kom nokså raskt tilbake til det han holdt på med. Han observerte at det ble klumper i røren, og han ble vist hvordan et annet grep om vispen ga mulighet til å vispe raskere og dermed unngå klumper. Det er mulig at hans mor tidligere har stått for det å lage i stand pannekakerøren, noe som gjør at han fortsatt har lite erfaring med akkurat denne delen av aktiviteten.

Analysen av prosessferdigheter viser at Gustav er relativt selvstendig og trygg i aktiviteten. Han trenger oppmuntring og struktur for å komme videre i sin utvikling mot å kunne bo alene og eksempelvis lage mat på egen hånd. Gustav er noe usikker på det han gjør, og han har vansker med oppmerksomhet, problemløsning og arbeidshukommelse. Det er videre aktuelt å besøke Gustav på nytt for å lage middag sammen med ham. Det kan være behov for å øve på å lage flere typer mat. På sikt kan dette også bidra til at han blir mer selvstendig og får mer

- FAGLIG -

ENERGI		
Ferdighet	Kommentarer	Gradering
Holder tempo	Arbeider sakte, men holder samme tempo og er nøye.	0----- -----x 1
Holder oppmerksomhet	Er observant, men i visse tilfeller mister han konsentrasjonen og vil vise meg noe i leiligheten. Dette går ut over aktiviteten.	0----- ----x--- 1
SØKER OG ANVENDER KUNNSKAP		
Ferdighet	Kommentarer	Gradering
Velger	Han velger riktig redskap og ingredienser	0----- -----x 1
Anvender	Anvender redskapen tilfredsstillende	0----- -----x 1
Håndterer	Anvender redskapen riktig til tross for minimal tremor i hender	0----- -----x 1
Er målrettet	Ja	0----- -----x 1
Søker kunnskap	Ja, spør om hjelp om han er usikker eller ber om veiledning.	0----- -----x 1
ORGANISERING AV TID		
Ferdighet	Kommentarer	Gradering
Begynner	Ja, han starter aktiviteten på eget initiativ	0----- -----x 1
Fortsetter	Ja	0----- -----x 1
Gjør i rekkefølge	For en stor del ja, men i enkelte tilfeller kan vedkommende falle ut i sine egne tanker. Ser tomt ut i luften og låser blikket.	0----- ---x--- 1
Avslutter	Ja	0----- -----x-1
ORGANISERING AV GJENSTANDER OG ROM		
Ferdighet	Kommentarer	Gradering
Søker/lokaliserer	Ja, ofte. Virker usikker på egen mestring.	0----- ---x--- 1
Samler	Ja, tar frem riktig utstyr og plasserer dem riktig.	0----- -----x 1
Organiserer		0----- -----x 1
Rydder	Ja, vedkommende gjør ting rent når han er ferdig og plasserer dem på riktig sted med en gang. Han bytter også søppelpose og rydder mens han lager mat.	0----- -----x 1
Navigerer	Ja	0----- -----x 1
Orienterer seg	Ja	0----- -----x 1
AVPASSING		
Ferdighet	Kommentarer	Gradering
Legger merke til/reagerer på	Ja, kjenner om det begynner å lukte brent og reagerer når målebegeret er fullt.	0----- -----x 1
Tilpasser handlinger	Han snur pannekakene før de er helt ferdige, noe som gjør at de klumper seg sammen. Han glemmer også å bruke smør, noe som gjør at pannekakene lett fester seg i pannen. U.t. må gi verbale hint.	0----- ---x--- 1
Tilpasser omgivelser	Ja, flytter på redskaper når de er i veien for aktiviteten.	0----- -----x 1
Tar lærdom av	Han observerer klumper i røra, men endrer ikke sin hastighet når han visper. Er uvant med smør og pannekake. Han målte 10 dl og ikke 12 dl. Jeg måtte gi verbale hint.	0----- ---x--- 1
Kommentarer/konklusjon		Gradering
Stort sett selvstendig i aktiviteten, men behøver verbale hint for å komme tilbake fra sine egne tanker. Tilpasser handlinger når han visper og tar lærdom av å bruke smør ved steking. Beboeren virker å ha problemer med å holde oppmerksomhet om han ser noe han blir interessert i, noe som påvirker aktiviteten. Han spør ofte om hjelp selv om han kan det. Dette viser at han har liten tro på egen mestring. Videre kan dette også vise nedsatt oppmerksomhet, problemløsning og arbeidsminne.		0----- ----x-- 1

Tabell 4: Analyse av Gustavs prosessferdigheter anvendt i det han lager pannekaker

initiativ til aktiviteter i hverdagen sin. Det bør lages en felles plan i arbeidsgruppen for oppfølgingen av Gustav. Man må oppfordre personalet til å ha klare mål med aktiviteten og klare beskrivelser av hva de skal gjøre. Deling av erfaringer i teamet kan være viktig for hvordan Gustav kan øve på selvstendig gjennomføring av aktiviteter. Et fokus på personlig vekst er også viktig, og aktiviteter bør derfor graderes slik at de blir gradvis mer utfordrende, men fortsatt innenfor rekkevidde, slik at han opplever mestring.

KONKLUSJON

Ved å bruke og formidle ergoterapeutisk tenkning og metodikk kan ergoterapeuter spille en rolle for utviklingen av miljøterapeutiske tilbud, og vi har her vist eksempler på hvordan ergoterapeuter kan bidra på en slik måte. Ergoterapi har felles historiske røtter med miljøterapi, de terapeutiske samfunnene og «moral treatment»-bevegelsen. Ergoterapeuters kompetanse i å analysere og tilrettelegge miljøet og aktivitetsformer bidrar til å engasjere brukere i meningsfulle aktiviteter som fremmer relasjonell kompetanse og hverdagsmestring.

Referanser

- Andvig, E., Jahre, E., Syse, J., & Maan, F. (2010). *Forskningsprosjektet Miljøterapi «Når rammene løses opp»*: miljøterapeutiske samtaler. Tønsberg: Høgskolen i Vestfold.
- Cara, E., & MacRae, A. (2013). *Psychosocial occupational therapy: An evolving practice*. NY, USA: Delmar.
- Ellingham, B., Clark, E. G., & Jespersen, L. F. (2015). *Ergoterapi Virksomhetsbasert Aktivitetsanalyse-system (EVA). Brukermanual for kartlegging av ferdigheter i aktivitetsutførelse*. Oslo: Høgskolen i Oslo og Akershus.
- Ellingham, B., Hussain, R. A., & Bonsaksen, T. (2014). *Brukermanual for kartlegging av ferdigheter i kommunikasjon og interaksjon*. Oslo: Høgskolen i Oslo and Akershus.
- Ervik, R., Sælør, K. T., & Biong, S. (2012). «Å gripe øyeblikket» - Om hvordan miljøansatte ved et lavterskelhybelhus erfarer samarbeidet mellom seg og beboerne. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 9(4), 302-313.
- Fisher, A. (1999). *Assessment of motor and process skills* (3 ed.). Fort Collins, CO: Three Star Press.
- Fisher, G., Parkinson, S., & Haglund, L. (2017). The environment and human occupation. In R. R. Taylor (Ed.), *Kielhofner's Model of Human Occupation* (5 ed., pp. 91-106). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Forsyth, K., Lai, J. S., & Kielhofner, G. (1999). The Assessment of Communication and Interaction Skills (ACIS): Measurement Properties. *British Journal of Occupational Therapy*, 62(2), 69-74.
- Forsyth, K., Salamy, M., Simon, S., & Kielhofner, G. (1998). *A User's Guide to the Assessment of Communication and Interaction Skills (ACIS). Version 4*. Chicago, USA: University of Illinois.
- Haugen, K. B., Munthe, H., & Ulven, I. C. (2017). Bekymringsmelding angående fremtidens arbeidsplasser for fysio- og ergoterapeuter i Sykehjemsetaten (SYE).
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2016-2017). Prop. 71 L (2016-2017). *Endringer i helselovgivningen (overføring av det offentlige tannhelsetjenesteansvaret, lovfesting av kompetansekrav m.m.)* Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.
- Hetland, H., & Herrestad, H. (2008). Miljøterapeutiske utfordringer i møte med suicidale pasienter. *Suicidologi*, 13(2), 12-15.
- Johannsen, S., Congiatta, P., & Stentebjerg, C. (2016). Ergoterapi til pasienter med skizofreni og beslægtede psykoser. In L. Nyboe, S. Johannesen, & P. Jørgensen (Eds.), *Psykiatri* (2 ed., pp. 239-243). København: Munksgaard.
- Lillevik, O. G., & Øien, L. (2012). Miljøterapeutisk praksis i forebygging av vold. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 9(3), 207-217.
- Lillevik, O. G., & Øien, L. (2015). Hva er miljøterapi? *Sykepleien*, 103(5), 60-63. doi:10.4220/Sykepleiens.2015.54066
- Mathisen, V., Obstfelder, A., Lorem, G., & Måseide, P. (2015). Brukermedvirkning i psykiatriske institusjoner - praktisering av «brukermedvirkning» gjennom miljøterapeutiske aktiviteter. *Nordisk Tidsskrift for Helseforskning*, 11(2), 16-31.
- Ness, N. E. (2002). Ergoterapifagets aktivitetsperspektiv - et historisk blick på ideer som påvirker faget. *Ergoterapeuten*, 45(10), 2-19.
- Næss, H. E., & Biong, S. (2014). Sykepleiepersonells beskrivelser av helsefremmende miljøterapi kveld, natt og helg i psykisk helsevern. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 11(1), 24-33.
- Rovik, A. M. (2007). Selvskading og miljøterapi - En teoretisk analyse av miljøterapeutiske utfordringer ved selvskading. *Vård i Norden*, 27(2), 35-40.
- Rovik, A. M. (2011). Selvskading og miljøterapi. Selvskadende pasienters erfaringer med å være innlagt i psykiatriske avdelinger. *Nordisk Sykeplejeforskning*, 4(1), 299-313.
- Simensen, H. (2013). Aktiviteter i en miljøterapeutisk kontekst. *Tidsskriftet Norges barnevern*, 90(2), 100-109.
- Skårderud, F., & Sommerfeldt, B. (2013). *Miljøterapi boken: mentalisering som holdning og handling*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Sommer, M., & Eilertsen, G. (2013). Kognitiv miljøterapi i kommunalt bofellesskap. *Sykepleien Forskning*, 8(2), 132-137.
- Statistisk Sentralbyrå (2017). Helse- og sosialpersonell. Nedlastet 22.06.2017 fra SSB <https://www.ssb.no/arbeid-og-lonn/statistikker/hesospers>
- Tranøy, J. (2015). Pleierutfordringer under etableringen av miljøterapi i norsk psykiatri. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 11(4), 336-344.
- Vaglun, P. (2017). Psykiatrivevolusjonen i 1960-årene - noe igjen av resultatene? *Tidsskriftet Den Norske Legeforening*, 137(10), 702-703. doi:10.4045/tidsskr.17.0337
- Øye, C., & Skorpen, A. (2010). Miljøterapi som kollektivt eller individrettet fenomen? En etnografisk studie av dagliglivet i en psykiatrisk sykehus i individualismens tidsalder. *Vård i Norden*, 30(3), 25-29.