

Aktivitsanalyse i ergoterapi

Av Merete Klindt Dekkers



Merete Klindt Dekkers er ergoterapeut og har en kandidatgrad i helsefag. Hun har vært lektor ved Ergoterapeutuddannelsen i Aarhus, Danmark. E-post: m.dekkers@youmail.dk

Abstrakt

Der redegøres for beveggrunden for at beskæftige sig med emnet aktivitsanalyse og skrive en lille bog. Dette er blandt andet: En mangel på litteratur og lettilgængelige bøger for studerende om emnet, en vanskelighet for studerende ved at få hold på emnet, og en uklarhed om forskellen på undersøgelse og aktivitsanalyse.

Der redegøres også kort for måder at klassifisere aktiviteter på, efter type og taksonomi, for at skabe overblik.

Forskellen på aktivitsanalyse og personundersøgelse trækkes frem, og der redegøres for, at aktivitsanalyse altid har aktiviteten i fokus.

Formålet med aktivitsanalyse beskrives, og der gives bud på, hvornår en aktivitsanalyse anvendes.

Til sidst beskrives kort de tre aktivitsanalyser, jeg har skrevet om i min bog: Klassisk aktivitsanalyse, selvrefleksiv aktivitsanalyse og personbaseret aktivitsanalyse. Formål og udgangspunkt for hver analyse trækkes frem.

Nøgleord: Aktivitsanalyse, klassisk aktivitsanalyse, selvrefleksiv aktivitsanalyse, personbaseret aktivitsanalyse.

Det er ingen interessekonflikter knyttet til dette manuskriptet.

Hvorfor en lille bog om aktivitetsanalyse?

I mine sidste år som underviser på Ergoterapeutuddannelsen i Aarhus underviste jeg blandt andet på det første år af uddannelsen, hvor emnet aktivitetsanalyse for første gang præsenteres for de studerende. Der oplevede jeg så, at det var vældig svært for de studerende at få hold på hvad aktivitetsanalyse egentlig var for noget, at det var svært at skelne mellem aktivitetsanalyse og personundersøgelse, og at det var utydeligt, hvordan og hvornår man skulle anvende noget sådant.

Det var noget af det, der fik mig sat i gang med at skrive en lille bog om emnet (1). Men mest af alt, at jeg fandt, at der ikke var skrevet ret meget, eller noget særligt tilgængeligt for studerende. Og det var ikke sjovt som underviser på en videregående uddannelse at stå med studerende og beklageligvis sige, at det, jeg synes var noget af det væsentligste i vores fag, kunne man ikke på biblioteket finde ret meget specifikt litteratur om.

Jeg har oplevet, at der i faget i en lang årrække har været udviklet og arbejdet med teoretiske begrebsmodeller for vores indsats. Der har været gjort et kæmpearbejde for at vi kan forklare vores ståsted og udgangspunkt, og for at vi kan arbejde målrettet og raffinere vores indsats med klienter i overensstemmelse med det ergoterapeutiske grundlag. Alle disse modeller, hvor forskellige de end kan synes, har dog ét til fælles, nemlig den klassiske treenighed, person – aktivitet – omgivelser (2-5). De studerende kunne derfor for eksempel læse om modeller, hvori begrebet aktivitet står og blinker iøjnefaldende, de kunne læse om mennesket i aktivitet, om betyd-

ningsfulde aktiviteter, daglige aktiviteter – men kun vanskeligt tage en bog frem, hvor emnet tydeligvis var aktivitetsanalyse. Den tilgængelige litteratur (i 2011) befandt sig inde i få bøger om ergoterapi som sådan (6-10). Nogle forfattere lagde vægt på analyse af især psykologiske og symboliske faktorer (11), andre på fysiske faktorer (7) eller en bestemt teori (12), og kun et par bøger behandlede emnet selvstændigt (11,13). Begreberne var også forvirrende, da de forskellige forfattere anvendte «activity analysis», «task analysis» og «performance analysis», uden at der tilsyneladende var klare definitioner. Ofte var det svært at se forskel på en analyse af en aktivitet og en undersøgelse af en person.

Men aktivitetsanalyse, det er da noget vi ergoterapeuter alle sammen kender til! Vi mener, det er noget der er ret specielt for vores fag. Hvorfor har det så levet et så tilbagetrukket liv i mange år? Hvorfor har det været så skjult? Hvorfor har vi så ikke snakket højt om det – råbt det ud over alle bjerge? Vi arbejder jo med aktivitet og hverdagsliv, men det er der faktisk flere andre faggrupper, der gør – og det er jo godt. Men hvem kan analysere en ganske almindelig hverdagsaktivitet eller en helt ukendt aktivitet til bunds, så hverdagslivet *med* aktivitet kan passe en bestemt person eller en gruppe personer? Det er netop det, jeg finder så karakteristisk: at en ergoterapeut i løbet af superkort tid kan ramme plet og få inddraget så mange faktorer i sine overvejelser om kombinationen af person og aktivitet. Og det kan han eller hun, fordi aktivitetsanalyse er et helt grundlæggende og betydningsfuldt element i vores fag.

AKTIVITETSANALYSE I ERGOTERAPI

I 2011 ga Merete Dekkers ut boken «Aktivitetsanalyse i ergoterapi». Boken presenterer i konsentrert form tre typer aktivitetsanalyse med henvisninger til hva og hvordan det skal analyseres, samtidig som den redegjør for forskjellen på undersøkelse og aktivitetsanalyse. Dette er en teori- og praksisorientert bok om noe af det mest grunnleggende innenfor ergoterapi, nemlig analyse av en aktivitet i alle dens fasetter.



Det kræver selvfølgelig, at man observerer, lytter og har viden om aktivitet og analyse og har meget praktisk erfaring. Erfaring har en studerende imidlertid ikke! Der var måske ikke noget at sige til, at de studerende af og til havde svært ved at få hold på aktivitetsanalyse. Derfor blev det lidt vigtigt at prøve at fremstille emnet aktivitetsanalyse tilgængeligt og lade det stå for sig selv.

For at kunne arbejde systematisk og grundigt med aktivitetsanalyse mener jeg dog, det er vigtigt at afklare nogle begreber.

Begreber og definitioner

For det første: hvad taler vi om, når vi siger aktivitet i forbindelse med aktivitetsanalyse? Det kan nemlig være af vigtighed, når man skal analysere, det vil si opløse i bestanddele.

Man kan klassificere aktiviteter efter *type*. Ergoterapeuter anvender alment anerkendte kategorier eller klassifikationer, hvor aktiviteter ses i enten en to-delning: (P) ADL og IADL, eller en tre-delning: egenomsorg, produktive aktiviteter eller fritid (14,15).

Man kan derudover inddele aktiviteter i en hierarkisk ordnet klassifikation, altså en *taksonomi*, hvor nederste trin er inkluderet i næste trin osv. Den canadiske «Taxonomic Code of Occupational Performance» (TCOP) giver en tydelig inddeling med fastlagte og klare definitioner. Fra simple «viljestyrede bevægelser eller mentale processer» → «handling» → «opgave» → «aktivitet» → «betydningsfuld aktivitet», hvor aktiviteten blandt andet tillægges værdi og mening af en person. En sådan taksonomi synes at være et fantastisk redskab til at analysere og graduere i den ergoterapeutiske arbejdsproces, da aktivitetens

niveau og kompleksitet tydeliggøres (16).

Yderligere kan man inddele en aktivitet i *udførelsestrin*, nemlig *sekvenser*. Derved fås et overblik over rækkefølgen i indholdet og dermed udførelsen af aktiviteten og den tidsmæssige udstrækning (6,10,13).

Aktivitetsanalyse og personundersøgelse

For det andet: hvornår er der tale om en undersøgelse af en person og en aktivitetsanalyse? Det er nemlig vigtigt at holde fokus og være klar i sin analyse.

Fra tidligere kun at undersøge en persons fysiske og psykiske symptomer ved hjælp af medicinske eller lægelige undersøgelsesmetoder, har man nu udviklet undersøgelser, der meget mere afspejler det ergoterapeutiske særkende, nemlig aktivitet. Således er COPM, AMPS og OTIPM («performance analysis») meget anvendte eksempler på dette. Man undersøger en person ved at spørge om vigtige aktiviteter eller ved at observere vedkommendes aktivitetsformåen, og/eller udførelsen af en aktivitet, og man er blevet mere opmærksom på kontekstens indvirkning på den enkelte persons udførelse af aktivitet. Man kan således identificere de underliggende årsager til personens styrker og problemer med aktivitet. Men det er altså personen, man undersøger – ikke aktiviteten. Der udføres således ikke en aktivitetsanalyse, når en person undersøges ved hjælp af aktiviteter, men ergoterapeuten bruger sin viden om aktivitet undervejs. Fokus er forskellig – i undersøgelsen er det personen, og i aktivitetsanalysen er det aktiviteten. Netop dét har været et vigtigt punkt at få studerende til at se, for der indgår jo altid en

person – imaginær eller virkelig i en aktivitetsanalyse. Centralt i en aktivitetsanalyse står aktiviteten, dén er i fokus. Det leder så over i det følgende.

Formål med aktivitetsanalyse

For det tredje hvad er formålet med en aktivitetsanalyse, og *hvornår* i en arbejdsproces, skal man anvende en bestemt aktivitetsanalyse? Det kan nemlig hjælpe med til at klargøre delene i den ergoterapeutiske arbejdsproces.

Formålet med en aktivitetsanalyse er at analysere og forstå en aktivitets indbyggede karakteristika samt terapeutiske potentialer med henblik på at finde frem til det perfekte match mellem person, aktivitet og omgivelser.

Man opererer med flere former for aktivitetsanalyse, afhængig af hvilke dele af analysen, der skal fremhæves og specielt belyses. Centralt i analysen står som sagt aktiviteten, men man kan trække noget særligt frem i forgrunden, for eksempel den typiske/almindelige aktivitetsudførelse, ergoterapeuten eller en bestemt klient.

Ergoterapeuten *opbygger* sin viden om en aktivitets karakteristika og terapeutiske potentialer ved at udføre aktivitetsanalyser gennem sit studie og i praksis. Det er især hvad jeg kalder en klassisk aktivitetsanalyse, der anvendes. Ergoterapeuten *anvender* sin viden om aktivitetsanalyse, når en klient undersøges, og han/hun *udfører* en analyse, når den rette ergoterapeutiske indsats skal foreslås, altså et match mellem person og aktivitet, men også undervejs med henblik på justering af indsatsen.

Tre aktivitetsanalyser

I det følgende vil jeg kort beskrive



i undersøgelsen er det personen som er i fokus, og i aktivitetsanalysen er det aktiviteten. Foto Colourbox

de tre aktivitetsanalysemodeller, der er beskrevet i bogen. Disse tre analyser belyser hver især forskellige aspekter af det at udføre en aktivitet, og de anvendes med hvert sit formål og hvert sit udgangspunkt for analysen. Fælles er imidlertid, at aktiviteten står i fokus.

KLASSISK AKTIVITETSANALYSE

er en analyse af en aktivitet som den er og almindeligvis udføres samt dens terapeutiske potentialer.

Formålet er at kunne beskrive og forstå en aktivitets indbyggede karakteristika, dens sammenhæng til omgivelserne, krav til udøvelsen samt terapeutiske potentialer.

Udgangspunktet for analysen er *aktiviteten* eller opgaven.

I denne analyse indgår der flere delanalyser, og følgende beskrives:

- aktivitetens eller opgavens navn
- aktivitetskategori - klassifikation

- taksonomisk niveau
- sekvenser
- materiale, redskaber og udstyr
- fysiske omgivelser
- kulturelle og sociale omgivelser
- krav til udøvelsen, herunder krav til handlinger/færdigheder og krav til viljestyrede bevægelser og mentale processer
- graduering og adaptation

Det er måske værd at bemærke, at der i denne analyse ikke analyseres på krav til betydningsfuld aktivitet, da en bestemt person netop ikke er involveret. Meningen, betydningen, værdien er netop knyttet til det højeste taksonomiske niveau og det enkelte individ.

Hvad angår sekvensopdeling angives hver del af en opgave eller aktivitet, og delene tidsfastsættes. For at gøre det tydeligt, at aktiviteten er i centrum og ikke personen (som i en undersøgelse), er det vigtigt at beskrive delene på en bestemt måde, nemlig med aktiviteten først. For

eksempel: brød og smør hentes, brødet smøres (ikke: hun henter brød, hun smører brød).

Omgivelser er de særlige elementer, menneskelige og ikke-menneskelige, som kan have indflydelse på aktivitetsudøvelsen. De kan være med til at støtte op om og fremme, udfordre eller hæmme en persons udøvelse. Jeg har for overskuelighedens skyld valgt at rubricere omgivelserne i to store elementer: fysiske samt kulturelle og sociale.

Krav i udøvelsen analyseres i forhold til hvilke handlinger/færdigheder og hvilke viljestyrede bevægelser og mentale processer aktiviteten stiller til en generel, typisk udførelse, og kravniveauet bedømmes ud fra begreberne: ringe krav, moderate krav og store krav. Der bruges analysefaktorer fra Assessment of Motor and Process Skills (AMPS). Selv om begreberne bruges i forbindelse med en undersøgelse, er det handlinger, der også egner sig som analysefaktorer i akti-

vitetsanalysen (17). Der bruges desuden analysefaktorer fra ICF's kropsfunktioner og psykosociale deltagelselementer (18).

I en klassisk aktivitetsanalyse medtages altid en analyse af muligheder for at kunne tilpasse og ændre en aktivitet, så matchet mellem aktivitet og person bliver godt. En sådan tilpasning sker såvel teoretisk-tankemæssigt før en intervention iværksættes, som undervejs i en igangværende intervention. Man kan fremføre, at en sådan tilpasning ikke hører hjemme i en generel, typisk analyse. Men der er en lang tradition for at medtage graduering (en gradvis tillem্পning, så aktiviteten stiller krav og udfordrer persons kapaciteter) og adaptation (en varig tilpasning, så aktiviteten kan udføres).

SELVREFLEKSIV AKTIVITETSANALYSE

er en analyse af en aktivitet set ud fra ergoterapeutens refleksioner over denne aktivitet.

Formålet er at blive opmærksom på egne tanker, reaktioner, oplevelser og erfaringer med en aktivitet.

Udgangspunktet for analysen er *omgivelserne, her: ergoterapeuten, hendes eller hans tanker, følelser og reaktioner.*

Ergoterapeuten er en ganske speciel del af en klients omgivelser, og ergoterapeuten udgør en konstant og til tider betydningsfuld faktor i en aktivitetsanalyse. Ergoterapeutens tanker, erfaringer og holdninger til en aktivitet kan medvirke til en forståelse af klientens betydningsfulde aktiviteter, men kan også påvirke en klient negativt eller positivt. Det er altså ergoterapeuten, der skal synliggøre egne refleksioner. Det kan for eksempel være:

- Hvilke minder har jeg om aktiviteten?
- Giver aktiviteten mening for mig?
- Hvilke følelser fremkalder aktiviteten hos mig?
- Hvilke reaktioner har jeg observeret hos mig selv?
- Hvilke forventninger har jeg til udførelsen?
- Hvilke bekymringer har jeg i forbindelse med en udførelse?
- Hvilke fordomme har jeg om aktiviteten?
- Hvilke værdier/speciel betydning tillægger jeg aktiviteten?

Personbaseret aktivitetsanalyse

er en analyse af en aktivitet til en bestemt person.

Formålet er at finde frem til og tilpasse en aktivitet til en bestemt person.

Udgangspunktet for analysen er en undersøgelse af *en bestemt klient, en selvrefleksiv aktivitetsanalyse og en klassisk aktivitetsanalyse.*

Her drejer det sig om at finde det perfekte match mellem aktivitet, omgivelser og en bestemt person. Det er den eneste af de tre analyser, hvor en bestemt klient indgår og står i forgrunden for analysen. Aktiviteten er som i de øvrige aktivitetsanalyser i fokus, men i denne inddrages al den viden, man har om klienten. Og her er det så vigtigt at inddrage undersøgelser om klientens ønsker om aktivitet og meningsfulde aktiviteter. Når ergoterapeuten udfører en personbaseret aktivitetsanalyse, er hun meget langt i sin arbejdsproces. Hun bruger analysen umiddelbart før en intervention iværksættes, da viden om personfaktorer og viden om aktivitet skal kombineres. Derved bliver denne analyse en vigtig del af den ergoterapeutiske

arbejdsproces, som for eksempel beskrevet i modellerne Canadian Practice Process Framework (CPPF) og Occupational Therapy Intervention Process Model (OTIPM) (16,19). Den bliver det vigtige forbindelsesled mellem ergoterapeutens forberedelsesproces med undersøgelser, målsætninger og aktivitetsanalyser – og den konkrete intervention.

FREMTID

Afslutningsvis kunne jeg ønske mig, at der fremover vil blive sat fuldt spotlight på selve aktiviteten og aktivitetsanalyse – især i forhold til ergoterapi, lige fra den meget enkle til den meningsfulde og betydningsfulde aktivitet (occupation). Det er rigtig godt, at «Ergoterapeuten» her laver et temanummer om aktivitetsanalyse, så det ikke er eller går hen og bliver tavs viden blandt ergoterapeuter. Og mon ikke der stadig er meget, der kan undersøges videnskabeligt om emnet? Det er stadig svært at finde publicerede artikler, der har aktivitetsanalyse i centrum, for eksempel omhandlende hvilken indsigt en aktivitetsanalyse har givet ergoterapeuten, hvad en aktivitetsanalyse har betydet for den ergoterapeutiske indsats, hvilke kulturelle forskelle der er i udførelsen af en aktivitet, etc. Det vil jeg se frem til.

Referencer

- (1) Dekkers MK. Aktivitetsanalyse i ergoterapi. Aarhus C: Viasystem; 2011.
- (2) Kielhofner G. MOHO-modellen: modellen for menneskelig aktivitet: ergoterapi til uddannelse og praksis. 2.udg. København: Munksgaard Danmark; 2010.
- (3) Townsend E, Polatajko HJ. Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision of Health, Well-Being and Justice through Oc-

- cupation. Ottawa: CAOT Publications ACE; 2007.
- (4) Chapparo C, Ranka J. Occupational Performance Model (Australia) [Hentet 15.11.2014] Fra <http://www.occupationalperformance.com/>
- (5) Iwama MK. Kawa-modellen: ergoterapi i et kulturelt perspektiv. København: Munksgaard Danmark; 2009.
- (6) Chard G. Analysis of occupational performance. I: Curtin M, Molineux M, Supyk-Mellson J, red. Analysis of occupational performance. Enabling occupation. 6. udg. London: Churchill Livingstone, Elsevier; 2009. p. 161-187.
- (7) Radomski MV, Latham CAT. Occupational therapy for physical dysfunction. 6.udg. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2008.
- (8) Creek J, Lawson-Porter A. Contemporary Issues in Occupational Therapy: reasoning and reflection. 2.udg. Chichester: John Wiley & Sons; 2007.
- (9) Crepeau EB, Schell BAB. Analyzing occupations and activity. I: Crepeau EB, Cohn ES, Schell BAB, red. Willard and Spackman's occupational therapy. 11. udg. Philadelphia, Pa.: Lippincott Williams & Wilkins; 2008. p. 359-374.
- (10) Pendleton HM, Schultz-Krohn W. Pedretti's occupational therapy: practice skills for physical dysfunction. 6.udg. St. Louis, Mo.: Mosby/Elsevier; 2006.
- (11) Fidler GS, Velde BP. Activities: Reality and symbol. Thorofare: Slack Incorporated; 1999.
- (12) Kielhofner G. Ergoterapi i praksis - det begrebsmæssige grundlag. 3. udg. København: Munksgaard Danmark; 2010.
- (13) Hersch GI, Lamport NK, Coffey MS. Activity analysis: application to occupation. Thorofare, New Jersey: SLACK Incorporated; 2005.
- (14) PADL og IADL [Hentet 15.11.2014] Fra <http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/iadl+padl>
- (15) Tuntland H. En innføring i ADL: teori og intervensjon. Kristiansand: HøyskoleForlaget; 2006.
- (16) Townsend E, Polatajko HJ. Menneskelig aktivitet II: en ergoterapeutisk vision om sundhed, trivsel og retfærdighed muliggjort gennem betydningsfulde aktiviteter. København: Munksgaard Danmark; 2008.
- (17) Alt om AMPS - AMPS-Danmark. [Hentet 15.11.2014] Fra <http://www.amps-danmark.dk/da/76814-Om-AMPS> (Tilladelse og verificering givet 2011af E. Währens).
- (18) Marselisborgcentret. ICF og ICF-CY. En dansk vejledning til brug i praksis, Version 2. International Klassifikation af Funktionsevne, Funktionsevne-nedsættelse og Helbredstilstand [Hentet 15.11.2014] Fra http://www.marselisborgcentret.dk/fileadmin/filer/Publikationer/PDF_er/ICF_vejledning_revideret_101013.pdf
- (19) Fisher AG. Occupational therapy intervention process model: A model for planning and implementing top-down, client-centered and occupation-based interventions. Colorado: Three Star Press Inc.; 2009.