

Aktivitetsanalyse

- en ergoterapeutisk kernekompetence

Av Karen Marie Bundgaard og Cecilie von Bülow



Karen Marie Bundgaard har Master of Science i ergoterapi. Hun var tidligere lektor på Ergoterapeutuddannelsen ved University College Lillebælt.



Cecilie von Bülow har Master of Science i ergoterapi og er nå phd stipendiat ved Parker Instituttet ved Bispebjerg og Frederiksberg Hospital, Forskningsinitiativet for ergoterapi og aktivitetsstudier ved Syddansk Universitet og Professionshøjskolen Metropol.

Abstrakt

Aktivitetsanalyse er en grundlæggende færdighed i ergoterapi. Artiklen beskriver to typer af aktivitetsanalyse.

Analyse af aktivitet som den typisk foregår, uden en bestemt klient eller bestemte omgivelser i tankerne. Analysen anvendes til at identificere de mulige måder, aktiviteten kan udføres på, de omgivelser den kan foregå i og de kulturelle og personlige betydninger aktiviteten kan have.

Analyse af betydningsfuld aktivitet, som er en analyse af en aktivitet, som klienten har identificeret som værende betydningsfuld, og som klienten har for vane at udføre på en bestemt måde og i en bestemt kontekst. Begge analyser anvendes løbende i den ergoterapeutiske arbejdsproces, både i forbindelse med undersøgelse, målsætning og intervention.

Formålet med aktivitetsanalyse er at forstå en aktivitets karakteristika, kompleksitet, fleksibilitet, krav til omgivelser og personen og aktivitetens betydning med henblik på at vurdere aktivitetens terapeutiske potentiale.

Søgeord: aktivitet, aktivitetsanalyse, betydningsfuld aktivitet, ergoterapi.

Det er ingen interessekonflikter knyttet til denne artikkelen.

Aktivitetsanalyse har, siden professionens tilblivelse, været en grundlæggende færdighed i ergoterapeutisk praksis, internationalt såvel som nationalt, både indenfor sundhedsfremme, forebyggelse, behandling og rehabilitering. Aktivitetsanalyse indgår i ergoterapeutens kliniske ræsonnering før og under undersøgelse, målsætning og intervention. Analysen er en tankeproces, der kan foregå så automatisk, at ergoterapeuten ofte ikke er bevidst om denne færdighed, ligesom den heller ikke er synlig for vore samarbejdspartnere.

Artiklen er en forkortet og redigeret udgave af kapitlet «Aktivitetsanalyse i Ergoterapi» i den danske «Basisbog i Ergoterapi» (1). Hensigten med artiklen er at eksplicite formålet med aktivitetsanalyse, beskrive hvilke elementer der indgår, og hvordan analysen anvendes i den ergoterapeutiske arbejdsproces med særlig fokus på undersøgelse, målsætning og intervention.

Formålet med aktivitetsanalyse er at forstå aktiviteterens karakteristika, kompleksitet, fleksibilitet, krav til omgivelserne og personen – og aktivitetens betydning. Aktivitetsanalyse kvalificerer vurderingen af forskellige aktiviteter terapeutiske potentiale, i forholdt til udvælgelse af den mest egnede aktivitet og tilpasning af aktiviteten.

Aktivitetsanalyser

I litteraturen beskrives både analyse af aktivitet (Activity Analysis) og analyse af betydningsfuld aktivitet (Occupation-based Activity Analysis).

Analyse af aktivitet er en analyse af aktiviteter som de almindeligvis foregår. I den forbindelse har ergoterapeuten derfor ikke en bestemt klient eller specifikke omgivelser i tankerne, men analyserer forskellige typiske måder at udføre aktiviteten på. Kielhofner (2) definerer dette som analyse af aktivitetsformer og opgaver. I analyse af aktivitet reflekteres blandt andet over, hvordan aktivitet kan udføres, hvor den kan foregå, samt hvilke betydninger den kan have. Formålet med analyse af aktivitet er at få en detaljeret forståelse af aktivitet og forskellige måder at udføre aktivitet på. Analyse af aktivitet hjælper således praktikerne til at vide, hvilke aktiviteter der har terapeutisk potentiale, og derfor skal foreslås til klienten (3). Analyse af aktivitet er tidligere i dansk litteratur oversat til aktivitetsbaseret aktivitetsanalyse.

Analyse af betydningsfuld aktivitet er derimod en individualiseret proces, fordi den er indlejret i en bestemt persons perspektiv. Det er en analyse af

en aktivitet, som ergoterapeutens klient har identificeret som betydningsfuld, og som klienten har for vane at udføre på en bestemt måde, og i en bestemt kontekst (3). Eftersom klienters aktivitetsudførelse er unik, er ergoterapeuten nødt til at afdække, hvordan klienten plejer at udføre aktiviteten, hvilke omgivelser det foregår i samt hvilke redskaber klienten plejer at anvende. Denne analyse af betydningsfuld aktivitet er tidligere i dansk litteratur oversat til personbaseret aktivitetsanalyse.

For at kunne analysere aktivitet og betydningsfuld aktivitet skal ergoterapeuten have viden om aktiviteten og de sekvenser der indgår i aktiviteten. Viden om aktiviteter og sekvenser kan være opnået gennem personlige erfaringer, klinisk erfaring eller videnskabelig viden. Viden om aktivitet kan eksempelvis være opnået gennem det tværvideenskabelige forskningsområde aktivitetsvidenskab, som har til formål at udvikle viden om aktiviteterens form, funktion og den dertil knyttede kontekst (4). Viden om betydningsfuld aktivitet og sekvenser i betydningsfuld aktivitet kan ergoterapeuten kun opnå ved at interviewe klienten eller dennes nærmeste.

I analysen af komplekse aktiviteter kan det, både i analyse af aktivitet og analyse af betydningsfuld aktivitet, være en fordel at nedbryde aktiviteten i mindre opgaver, der så analyseres. Påklædning kan være et eksempel på en kompleks aktivitet, som kan opdeles og analyseres i følgende opgaver «finde tøjet frem», «tage bukser på», «tage bluse på», osv. (5). Komplekse aktiviteter, der foregår i forskellige fysiske omgivelser og inkluderer anvendelse af flere redskaber, kan også med fordel indeles og analyseres i mindre opgaver. Aktiviteten «at lave havearbejde» kan for eksempel opdeles og analyseres i følgende opgaver «feje fliser», «plante planter i potte i drivhus» og «slå græs».

Anvendelse i arbejdsproces

Evnen til at foretage analyse af aktivitet og analyse af klienters betydningsfulde aktiviteter er væsentlige færdigheder, der anvendes gennem hele den ergoterapeutiske arbejdsproces, og er nødvendige for at ergoterapeuter kan arbejde klientcentreret og aktivitetsorienteret. Begge analyser anvendes således både i forbindelse med undersøgelse, målsætning, intervention og evaluering. Ergoterapeuten foretager for eksempel en analyse af betydningsfuld aktivitet, når det i samarbejde med klienten vælges og aftales, hvilke betydningsfulde aktiviteter ergoterapeuten skal observere klienten udføre i en obser-

vationsbaseret undersøgelse. Denne observation foregår i trinnet «Observere klientens opgaveudførelse og iværksætte udførelsesanalyse» i den ergoterapeutiske arbejdsprocesmodel «Occupational Therapy Intervention Process Model» (OTIPM) (6). Analyse af betydningsfuld aktivitet foretages også, når der skal aftales «handleplan og målsætning», som er et af handlepunkterne i den ergoterapeutiske arbejdsprocesmodel, «Canadian Practice Process Framework» (CPPF) (7).

Terminologi

Flere forfattere har skrevet om aktivitetsanalyse, og disse beskrivelser syntes at have mange ligheder, på trods af at forfatterne anvender forskellig terminologi, og begreberne er oversat forskelligt for eksempel af danske forfattere. Eksempelvis anvender de forskellige forfattere begreberne betydningsfuld aktivitet, aktivitet og opgave uensartet. Forfatterne af denne artikel har tilstræbt en konsekvent oversættelse af fagbegreberne. Begreberne er oversat og anvendt således: Occupation (betydningsfuld aktivitet), activity (aktivitet), task (opgave) og sequencies (sekvenser).

Crepeaus definition

Da Crepeaus beskrivelse af aktivitetsanalyse efter forfatternes mening er den mest detaljerede beskrivelse, anvendes denne som den primære kilde til at beskrive forskellige typer af aktivitetsanalyse og til at illustrere de elementer, der kan indgå i en aktivitetsanalyse (3).

Aktivitetsanalyse beskrives som en tankeproces, der bidrager til ergoterapeutens kliniske ræsonnering i forbindelse med undersøgelse og intervention.

Crepeaus definition af aktivitetsanalyse er: «*En tankeproces der anvendes af ergoterapeuter til at forstå aktiviteter og betydningsfulde aktiviteter, de krav de stiller og deres terapeutiske potentiale, de færdigheder der er nødvendige og aktiviteternes færdigheder*» (3, s. 189).

Forskellige typer af aktivitetsanalyse

Crepeau nævner tre forskellige typer af aktivitetsanalyse: Analyse af aktivitet (Activity Analysis), teoribaseret aktivitetsanalyse (Theory-Focused Analysis) og analyse af betydningsfuld aktivitet (Occupation-Based Activity Analysis) (3).

ANALYSE AF AKTIVITET

Crepeau definerer analyse af aktivitet, som en tankeproces praktikere anvender til at identificere de mu-

lige måder, aktiviteten kan udføres på, de omgivelser aktiviteten kan foregå i, samt de mulige kulturelle og personlige betydninger, aktiviteten kan have.

I analysen identificeres, hvilke krav og redskaber udførelse af aktiviteten forudsætter, herunder hvilke typiske objekter og materialer der anvendes, hvilke fysiske og sociale omgivelser der er krævet, samt hvilke motoriske-, processuelle-, sociale-, kommunikative færdigheder og underliggende kapaciteter der kræves.

TEORIBASERET AKTIVITETSANALYSE

Teoribaseret aktivitetsanalyse er i modsætning til analyse af aktivitet, en analyse af en aktivitets generelle egenskaber i et teoretisk perspektiv. Ved at anvende principperne fra en bestemt praksisteori analyseres aktiviteterne ud fra de problemer, denne teori retter sig mod. Eksempelvis, kan en biomekanisk tilgang være passende, hvis en klient udviser nedsatte motoriske færdigheder som at løfte og gribe om genstande på grunn af nedsat styrke. Den valgte praksisteori vil have indflydelse på graduering og adaptation af klientens betydningsfulde aktiviteter. Den teoribaserede aktivitetsanalyse uddybes ikke i artiklen.

ANALYSE AF BETYDNINGSFULD AKTIVITET

I modsætning til teoribaseret aktivitetsanalyse og analyse af aktivitet er klienten i denne analyse i forgrunden. Analyse af betydningsfuld aktivitet medinddrager klientens kontekst, interesser, mål og muligheder, såvel som de krav aktiviteten stiller. Analyse af betydningsfuld aktivitet har indflydelse på terapeutens indsats i forhold til at hjælpe klienten med at nå sine mål gennem grundig undersøgelse og intervention (3).

Analyse af aktivitet

Elementerne i analyse af aktivitet illustreres i Tabel 1 på næste side. I punkterne står der «beskriv», hvilket kan være en god ide for studerende for at opøve færdigheder i den systematiske analyseproces, og også for færdiguddannede ergoterapeuter for eksempel ved anvendelse af nye og måske mindre kendte aktiviteter. I mange tilfælde foregår analyse af aktivitet dog som en tankeproces hvor elementerne kan anvendes til at systematisere ergoterapeutens refleksioner og danne baggrund for beslutninger i arbejdsprocessen. Tabel 1 viser Crepeaus bud på hvilke elementer der indgår i analyse af aktivitet.

Aktiviteten	<ul style="list-style-type: none"> Beskriv aktiviteten med en eller to sætninger.
Redskaber og deres egenskaber	<ul style="list-style-type: none"> Beskriv de redskaber, materialer og det udstyr der typisk bruges ved udførelse af aktiviteten. Overvej og beskriv redskabernes mulige symbolik/betydning og egenskaber.
Krav i omgivelserne	<ul style="list-style-type: none"> Beskriv den typiske kontekst for aktiviteten ved hjælp af kategorierne nedenfor, vær præcis. <ul style="list-style-type: none"> Beskriv krav til møblering Beskriv krav til udstyrets placering Beskriv krav til belysning Beskriv krav i forhold til støj og andre forstyrrelser Hvilke andre mulige kontekster kunne der være? Beskriv dem kort
Sociale krav	<ul style="list-style-type: none"> Beskriv de typiske sociale og kulturelle krav ved deltagelse i denne aktivitet. Brug nedenstående kategorier Beskriv de personer der typisk er involveret i aktiviteten. Hvad er deres relation til hinanden? Hvad forventer de typisk af hinanden? Beskriv de typiske regler, normer og forventninger ved udførelsen af denne aktivitet. Beskriv den kulturelle og symbolske betydning, der typisk tillægges denne aktivitet. Overvej i hvilke andre sociale kontekster aktiviteten kunne udføres. Hvordan kunne normerne, reglerne og betydningen i så fald ændre sig?
Rækkefølge og tidsperspektiv/beregning	<ul style="list-style-type: none"> Lav en liste over sekvenser i den rækkefølge aktiviteten analyseres (ikke mere end 15). Inkluder tidskrav, som f.eks. at vente på at limen tørrer og brødet hæver. Hvor meget fleksibilitet er der typisk i rækkefølge og tidsforbrug i sekvenserne? Foregår aktiviteten typisk på et bestemt tidspunkt af dagen (f.eks. foregår bad og påklædning typisk om morgenen)?
Nødvendige færdigheder	<ul style="list-style-type: none"> Udvælg for hver af kategorierne nedenfor de fem færdigheder der er vigtigst for at kunne udføre aktiviteten. Lav en liste og beskriv dem. <ul style="list-style-type: none"> Motoriske færdigheder Procesmæssige færdigheder Kommunikations-/interaktionsfærdigheder Hvor fleksibel er aktiviteten for personer med funktionsnedsættelser? Hvilke muligheder er der for graduering og tilpasning?
Nødvendige kropsfunktioner og anatomi	<ul style="list-style-type: none"> Lav en kort liste over de kropsfunktioner, der typisk er nødvendige for at deltage i aktiviteten.
Sikkerhedsmæssige forhold	<ul style="list-style-type: none"> Lav en liste over mulige sikkerhedsrisici. Tænk specielt på børn og personer med kognitive problemer eller nedsat dømmekraft.

Tabel 1. Activity analysis format (table 16-2) (3, s. 193). Frit oversat juni 2011 af lektor Karen Marie Bundgaard, MSc. i ergoterapi, ergoterapeutuddannelsen UC Lillebælt.

Analysen foregår ikke nødvendigvis i denne rækkefølge, men punkterne illustrerer de elementer, der kan indgå i ergoterapeutens analyse af aktivitet når aktiviteterets terapeutiske potentiale skal vurderes.

Analyse af betydningsfuld aktivitet

Når ergoterapeuten analyserer en klients betydningsfulde aktivitet, analyseres aktiviteten ud fra samme elementer som indgår i analyse af aktivitet, men nu ud fra hvordan en bestemt klient sædvan-

ligvis udfører aktiviteten. Ergoterapeuten må derfor, for at lave en analyse af en betydningsfuld aktivitet, indhente informationer om, hvordan klienten plejer at udføre aktivitet, eksempelvis «lave kaffe». Ergoterapeuten vil spørge indtil hvilke redskaber og materialer klienten anvender, samt i hvilke omgivelser aktiviteten normalt udføres. Ergoterapeuten skal på baggrund af informationer om klienten analysere hvilke færdigheder, der er nødvendige for at udføre aktiviteten og forestille sig hvilke styrker og svaghe-



der klienten kan have. I Crepeaus bog «Occupational Therapy» (s. 196) ses et skema der illustrerer de elementer der ifølge Crepeau (3) indgår i analyse af betydningsfuld aktivitet .

Tilpasning af aktivitet

Både analyse af en aktivitet og analyse af betydningsfuld aktivitet giver ergoterapeuten information om den aktivitet, der skal udføres. Refleksionerne bag begge analyser, gør det derfor muligt for ergoterapeuten at anvende aktivitet terapeutisk (8). Ved terapeutisk anvendelse af aktivitet, vurderes aktivitetens anvendelighed og tilpasningsmuligheder, for at tage stilling til om aktiviteten er egnet som middel til at observere klienten i undersøgelsen, som middel i intervention og/eller opnåelig i forbindelse med målsætning? Ergoterapeuten må stille spørgsmål om, hvorvidt der kan ske tilpasningerne i de fysiske eller sociale omgivelser? Kan mulige risikofaktorer fjernes? Kan kravene til bestemte færdigheder mindskes? Kan nogle sekvenser udelades?

Hagedorn (8) beskriver at nogle af de faktorer der kan tilpasses er:

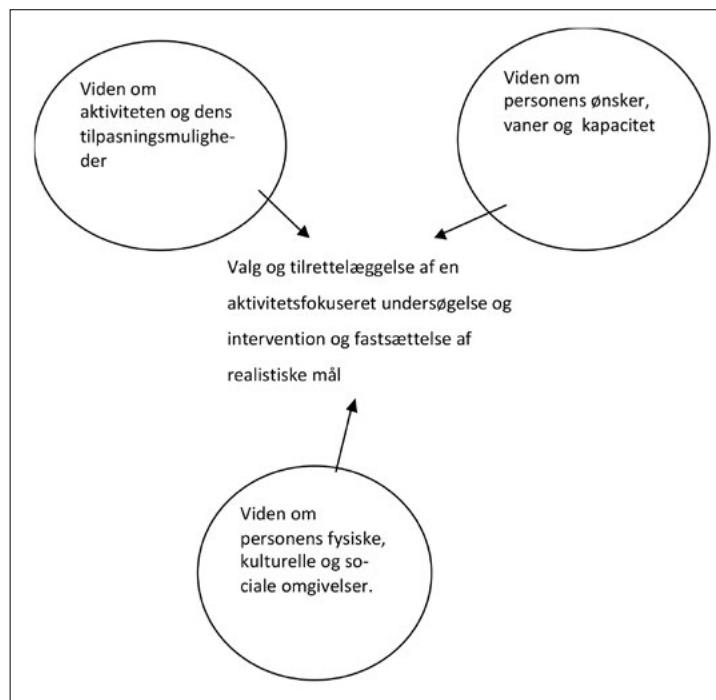
- fysiske omgivelser, for eksempel placering af møbler
- sociale omgivelser, for eksempel antal personer involveret i aktiviteten
- udstyr, for eksempel udformning af kniv og materialer, som vægt
- teknik, for eksempel måden man vrider en karklud på og måden man tager en trøje på
- rækkefølge af sekvenser eller aktiviteter i løbet af dagen, hvis der er mulighed for fleksibilitet
- varighed og repetition af sekvenser
- udførelseskrav i forhold til det sansemotoriske, kognitive, psykologiske og interaktionelle område
- udførelseskrav i forhold til de enkelte sekvenser

Anvendelse i praksis

Begrebet aktivitetsanalyse anvendes i følgende afsnit som overordnet begreb, da analyse af aktivitet og analyse af betydningsfuldaktivitet er integrerede dele af vores tankeproces og derfor svære at adskille i praksis. Ergoterapeuten anvender sin viden om aktivitet og dens tilpasningsmuligheder opnået gennem aktivitetsanalyse både før og undervejs i undersøgelse og intervention.

Planlægningen og udførelse af den ergoterapeutiske undersøgelse og intervention sker ved at matche:

1. viden om aktiviteten og dens tilpasningsmuligheder, opnået gennem aktivitetsanalyse



Figur 1: Kontekst for ergoterapeutens valg af aktiviteter, tilrettelæggelse af disse og fastsættelse af mål.

2. viden om klientens omgivelser opnået gennem undersøgelse og analyse af klientens omgivelser
3. viden om klientens ønsker, vaner og kapacitet, der findes ved hjælp af standardiserede og ikke standardiserede undersøgelser

I dette match findes konteksten for ergoterapeutens valg af aktiviteter, tilrettelæggelse af disse og fastsættelse af mål (se figur 1).

Flere forfattere beskriver, at aktivitetsanalysen er vigtig i både undersøgelsesfasen og i interventionen (5,9,10). Forfatterne at denne artikel mener også, at aktivitetsanalyse anvendes i målsætning med klienten.

UNDERSØGELSE

I undersøgelsesfasen anvendes aktivitetsanalyse til at finde en egnet aktivitet og eventuelt tilpasse den til en standardiseret eller ikke standardiseret observationsundersøgelse. De aktiviteter der observeres, skal hverken være for svære eller for lette, da ergoterapeuten ønsker at observere, hvilke færdighedsproblemer klienten har (10). Ergoterapeuten vurderer ligeledes om tidsperspektivet er realistisk, om de relevante fysiske og sociale omgivelser er til stede, og om aktiviteten udgør en sikkerhedsrisiko. Ud fra dette tilrettelægger ergoterapeuten, i

samarbejde med klienten, observationen, og tager stilling til for eksempel redskabers placering, fysiske afstande, overskuelighed og ergoterapeutens rolle. Den observationsbaserede undersøgelse har blandt andet til formål at definere, hvilke sekvenser i aktiviteten der giver problemer, og hvilke færdigheder, der er problemer med i aktivitetsudførelsen.

MÅLSÆTNING

Når der i den ergoterapeutiske arbejdsproces sættes mål, anvendes aktivitetsanalyse med det formål at sætte aktivitetsorienterede og realistiske mål, der ligger indenfor klientens nærmeste udviklingszone (11). Formålet med analysen i forbindelse med målsætning, er således at foretage en kvalificeret vurdering af, hvorvidt det synes sandsynligt at klienten opnår et mål, om at kunne udføre en given aktivitet, indenfor en given tidsramme. For at ergoterapeuten kan vurdere, om et mål synes realistisk at opnå, analyserer ergoterapeuten matchet mellem de krav aktiviteten stiller, omgivelserne for udførelse og klientens kapacitet. De krav, aktiviteten stiller, findes via aktivitetsanalysen, mens klientens omgivelser og kapacitet evalueres ved hjælp af en undersøgelse.

Synes klientens målsætning urealistisk kan det være nødvendigt at forhandle målene med klienten (6). Eksempelvis kan det synes som et urealistisk mål, at en klient der, som følger efter en apoplexi, har problemer at orientere sig, vil være i stand til at køre bil og finde vej indenfor den nærmeste fremtid. I eksemplet er gabet mellem klientens færdigheder, og de krav aktiviteten stiller, for stort. Det vil derfor være mere realistisk, at arbejde mod et delmål, hvor sandsynligheden for at klienten når målet er større. Et eksempel på et delmål kan derved blive, at klienten først skal kunne finde vej og orientere sig gående i trafikken.

INTERVENTION

De forskellige forfattere der skriver om aktivitetsanalyse, beskriver forskellige formål med anvendelsen deraf i den ergoterapeutiske intervention. Nedenfor beskrives eksempler på, hvordan aktivitetsanalyse kan anvendelse i interventionen.

Graduering

Aktivitetsanalyse kan i interventionen anvendes til at vælge og graduere aktiviteter, og derved øge eller mindske kravene til udførelse. Ergoterapeuten kan, på baggrund af analyse og vurdering, øge aktiviteters krav, med henblik på at forebygge tab af akti-

vitetsformåen, udvikle og vedligeholde nuværende aktivitetsudførelse, færdigheder og kapaciteter og derigennem fremme deltagelsen i hverdagslivet.

Aktivitetsanalysen anvendes til at tydeliggøre muligheder, hvorpå aktiviteten kan gradueres. En graduering kan være at ændre på kravene med hensyn til varighed, hyppighed og intensitet for udførelsen. Eksempelvis kan ergoterapeuten, i samarbejde med en klient med nedsat lungekapacitet, og ved hjælp af aktivitetsanalyse, ændre måden aktiviteter udføres på, således at de kan bruges som middel til eksempelvis at øge fysisk kapacitet. Aktiviteten «at støvsuge» kan eksempelvis bruges til at øge klientens udholdenhed, ved at foreslå klienten at støvsuge i længere tid af gangen, hver gang han/hun støvsuger. Her foregår gradueringen på baggrund af fysiologiske principper. Et andet eksempel kan være et barn der ønsker at kunne cykle to kilometer til sin skole på en tohjulet cykel sammen med de andre børn, men har problemer med at holde balancen. Ergoterapeuten analyserer denne aktivitet og finder metoder til at graduere aktiviteten «cykling», således at barnet får tilstrækkelig støtte til at kunne cykle, men samtidig får udfordret og udviklet balancen. Aktiviteten «at cykle til skole» er dermed gradueret således at den er muliggjort og samtidig udfordrer og udvikler barnets fysiske kapacitet (3,9,12).

Kompensation

Når ergoterapeuten anvender aktivitetsanalyse, i forbindelse med kompensation, er det med formålet om at tilpasse aktiviteten, således at kravene mindskes. I denne artikel anvendes begrebet kompensation, i anden litteratur anvendes også begreberne tilpasning, adaptation og modificering.

Kompenserende strategier anvendes, hvis en klient har problemer med at udføre en aktivitet, og det ikke kan forventes, at klientens færdigheder kan udvikles tilstrækkeligt. Disse strategier anvendes således med henblik på at kompensere for ineffektive færdigheder og underliggende kapacitet (3,9,12), således at klienten bliver i stand til at udføre aktiviteten, men på en anderledes måde end vanligt.

Strategierne kan handle om at tilpasse en aktivitet indenfor for eksempel husarbejde, leg, sportsaktiviteter, uddannelsesaktiviteter eller arbejdsaktiviteter, således at klienten kan nå sine mål for aktivitetsudførelse.

I den kompenserende strategi anvendes aktivitetsanalysen dels til at tilpasse de fysiske og sociale omgivelser, dels til at tilpasse aktiviteten og dels til

at finde nye omgivelser og aktiviteter, således at klienten kan indgå i hverdagen på nye måder (3,9,12).

Tilpasning af fysiske og sociale omgivelser

Aktivitetsanalysen anvendes til at tydeliggøre, hvor i omgivelserne, det kan være relevant, og muligt, at kompensere og foretage ændringer. Ændringerne sker med formålet om at afværge aktivitetsproblemer, at forebygge belastende arbejdsvilkår, eller at fremme at omgivelserne støtter op om klientens aktivitetsudførelse.

Aktivitetsanalysen anvendes til at vurdere de forskellige principper og metoder til compensation, det kan eksempelvis være ændringer af fysiske omgivelser, så kravene til aktiviteten bliver mindre. Dette kan ske ved at ændre på niveauforskelle mellem hus og udendørsareal eller ændre på gulvbelægning, så støvsugning bliver mindre anstrengende. Det kan også være ændring af redskaber, materialer og udstyr, som er elementer der indgår i den systematiske aktivitetsanalyse. Det kan for eksempel være hjælpemidler i køkkenet, teknologiske løsninger så som køkkenmaskiner. Ændringer af udstyr og materialer, så som andre typer af haveredskaber og mindre poser jord, ændringer der kan mindske og forebygge eventuel overbelastning.

Ændring af omgivelserne kan også være at ændre på de sociale omgivelser, for eksempel at skabe forandringer i en kultur med uhensigtsmæssige normer på en arbejdsplads, med formålet om at forbedre det psykiske arbejdsmiljø og kvaliteten i arbejdet (3,9,12,13). Dette foregår på baggrund af en analyse og vurdering af de mulige sociale omgivelser.

Tilpasning af aktiviteten

Ergoterapeuten vurderer på baggrund af aktivitetsanalyse mulighederne for alternative måder at udføre aktiviteten på. De bevægelser og belastninger, der indgår i aktiviteten kan ud fra analysen ændres ved for eksempel at vride karkluden på en mindre belastende måde og derved indlære nye vaner og rutiner. Det kan også foregå ved at rådgive i en anderledes tilrettelæggelse af arbejdet i en virksomhed med henblik på for eksempel at forebygge arbejdsskader. Komplexiteten i aktiviteten kan for eksempel også mindskes ved at reducere omfanget af sekvenser i madlavning, ved at anvende halvfabrikata, for eksempel skrællede kartofler i glas. Ergoterapeuten kan ud fra sin analyse foreslå, afprøve og øve alternative måder at lave kaffe på for eksempel at hælde mindre vand i kanden så den ikke er så tung at løfte (9,12).

Nye omgivelser og aktiviteter

I nogle tilfælde handler compensation ikke om at tilpasse omgivelser eller aktiviteten, men om at give forslag til nye omgivelser og aktiviteter, for eksempel ny bolig; eller nye betydningsfulde aktiviteter, for eksempel ny fritidsaktivitet. Ergoterapeuten finder ved hjælp af aktivitetsanalyse det bedste match mellem klienten eller grupper af klienter og de omgivelser og/eller den aktivitet, der er mest hensigtsmæssig i forhold til for eksempel udvikling og sundhedsfremme og forebyggelse. Ergoterapeuten kan på baggrund af en analyse og vurdering for eksempel også give råd om den bedste egnede stol, vejlede i forhold til jobmuligheder og om det bedste egnede legetøj til børn (12).

Både tilpasninger af omgivelserne, tilpasning af aktiviteten og det at finde et match kræver, at ergoterapeuten tænker kreativt, og at klienten inddrages i at vælge brugbare og acceptable løsninger og at løsningen resulterer i at klienten er tilfreds med udførelsen.

Anvendelse i uddannelsen

I praksis foregår analyse af aktivitet og analyse af betydningsfuld aktivitet ofte som en tankeproces og ikke som en konkret handling. I forbindelse med uddannelse, er det nødvendig at udvikle de studerendes kliniske ræsonneringsfærdigheder, således at den studerende lærer at identificere, analysere og tilpasse aktiviteter. Det er derfor nødvendigt, at de studerende afprøver og analyserer forskellige aktiviteter for at forstå aktiviteters forskelligheder, forskellige måder aktivitet kan udføres på, samt aktiviteters kompleksitet og tilpasningsmuligheder.

En gruppe undervisere i netværksgruppen European Network of Occupational Therapists in Higher Education (Enothe) har udgivet en bog og en CD-ROM som beskriver et undervisningsmodul, der kan guide de forskellige trin i den studerendes læring og i underviserens undervisning. Netværksgruppen beskriver forskellige teoretiske metoder og praktiske øvelser (14).

Hersch, Lamport og Goffey beskriver ligeledes læringsprocessen for ergoterapeutstuderende i forhold til aktivitetsanalyse og dens anvendelse i praksis. Formålet med teksten er at give de studerende en metode til at udvikle deres kliniske ræsonneringsfærdigheder (15).

Referencer

1. Bundgaard K.M, Bülow C.v: Aktivitetsanalyse i ergoterapi.

- I Brandt Å, Madsen A.J., Peoples H. Basisbog i ergoterapi. København: Munksgaard 2013.
2. Kielhofner G. Model of Human Occupation (MOHO), theory and application. I dansk oversættelse: Modellen for menneskelig aktivitet. København: Munksgaard Danmark; 2009.
 3. Crepeau E.B. Analyzing occupation and activity: A way of thinking about occupational performance. I: Crepeau E.B., Cohn E.S., Schell B.A.B. Occupational therapy. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2003.
 4. Zemke R, Clark F. Occupational Science. F.D. Philadelphia: Davies Company; 1996.
 5. Thomas H. Occupation-Based Activity Analysis. Thorofane: Slack Incorporated; 2012.
 6. Fisher AG. Occupational Therapy Intervention Process Model, A model for planning and implementing top-down, client-centered, and occupation-based interventions. I dansk oversættelse: En model for planlægning og implementering af top-til-bund, klientcentrerede og aktivitetsbaserede interventioner. København: Munksgaard Danmark; 2012.
 7. Townsend E, Polatajko HJ. Enabling Occupation II. I dansk oversættelse: Menneskelig aktivitet II, en ergoterapeutisk vision om sundhed, trivsel og retfærdighed muliggjort gennem betydningsfulde aktiviteter. København: Munksgaard Danmark; 2008.
 8. Hagedorn R. Tools for practice in occupational therapy. Welwyn: Churchill Livinstone; 2000.
 9. Christiansen HC et Baum CM. Occupational Therapy Performance, Participation, and Well-Being. Thorofane: Slack Incorporated; 2005.
 10. Wæhrens E. Ergoterapeutiske redskaber, undersøgelse og evaluering. København: Munksgaard Danmark; 2008.
 11. Jerlang E, Ringsted S. Den kulturhistoriske skole: Vygotskij, Leontjew og Elkonin. I Jerlang E. Udviklingspsykologiske teorier. København: Hans Reitzels forlag; 2008.
 12. Radomski MW, Trombly CA. Occupational Therapy for Physical Dysfunction. Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins; 2008.
 13. Dekkers MK. Aktivitetsanalyse i ergoterapi. Århus: VIA-systeme; 2011.
 14. ENOTHE (European Network of Occupational Therapy in Higher Education) TEACHING AND LEARNING: Analysis and Occupational Mapping; Amsterdam: 2008.
 15. Hersch GI, Lamport NK, Coffey MS. Activity Analysis- application to Occupation. Thorofane: Slack Incorporated; 2005.