

Magdalena Nawrot
Elżbieta Kopij
Elżbieta Suska
Anna Woroniuk
Agnieszka Kuczyńska

Klasyfikacja rodzajów, metod, technik i form terapii zajęciowej*

* Referat opracowany przez nauczycieli Zespołu Przedmiotowo-Metodycznego Terapii Zajęciowej w Medycznym Studium Zawodowym w Sztumie i wygłoszony na seminarium metodycznym w Szkole Policealnej Pracowników Służb Społecznych w Gdańsku- Brzeźnie w dniu 6 kwietnia 2005 r.

Wprowadzenie

Medyczne Studium Zawodowe w Sztumie przygotowuje przyszłych terapeutów zajęciowych do prowadzenia działań terapeutycznych różnymi rodzajami, metodami i technikami terapii zajęciowej w procesie leczenia oraz rehabilitacji chorych.

Podjmując się klasyfikacji oddziaływań terapeutycznych stosowanych przez terapeutów zajęciowych, skupiliśmy uwagę na zaszeregowaniu wszelkich czynności, które realizuje terapeuta w stosunku do człowieka chorego.

Podczas zajęć praktycznych słuchacze Wydziału Terapii Zajęciowej, w oparciu, m.in. o diagnozę lekarską, istniejące deficyty oraz potrzeby pacjenta, zdobywają umiejętność planowania, prowadzenia i dokumentowania różnorodnych metod i technik terapii zajęciowej.

Słuchacze, planując swoje zajęcia terapeutyczne, uczą się formułować cele terapeutyczne, dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości pacjenta. Dokonują klasyfikacji podejmowanych czynności, ponieważ konstruuują konspekt zajęć, w którym to określają również rodzaj, metodę, technikę oraz formę organizacji zajęć w terapii zajęciowej.

Wówczas to, powstała pewna trudność metodologiczna, ponieważ w literaturze, którą przeanalizowaliśmy, nie ma jednego poglądu na ten temat.

Naszym zdaniem, niektóre techniki można zaliczyć do kilku rodzajów terapii, zależnie od celu, jaki sobie postawimy i efektu końcowego naszej pracy.

Podam taki oto przykład:

Ceramikę, tzn. lepienie, np. garnków przez pacjenta, który podczas tej pracy wykonuje ruchy lecznicze, przekształcając materiał w określony produkt lub przedmiot, zaliczymy do ergoterapii, a jeśli będzie to tworzenie artystycznej ceramiki z wyrażoną ekspresją i przywoływaniem piękna oraz ze zorganizowaniem wystawy, to zaklasyfikujemy tę czynność do arteterapii, powołując się na rzemiosło artystyczne, czyli tzw. sztuki użytkowe.

Takich przykładów może być wiele.

Chcę podkreślić, że klasyfikację, którą zaprezentuję Państwu, stworzyli nauczyciele teoretycznej i praktycznej nauki zawodu terapii zajęciowej dla potrzeb praktyki tego zawodu.

Reasumując, **celem** dla którego podjęliśmy się opracowania klasyfikacji rodzajów, metod i technik terapii zajęciowej jest podniesienie jakości kształcenia w zawodzie terapeuty zajęciowego i właściwe używanie określonych pojęć w codziennej praktyce przez młodzież kształcąca się w zawodzie, jak również wyrobienie umiejętności prawidłowego tworzenia dokumentacji terapeuty zajęciowego, m.in. planów i programów terapeutycznych dla poszczególnych pacjentów.

Chciałabym Państwa zainteresować tym tematem, a jednocześnie propozycją klasyfikacji terapii zajęciowej, ponieważ ubogie są źródła literatury polskiej, które precyzują to zagadnienie.

Temat jest problematyczny o tyle, że terapia zajęciowa to szereg oddziaływań mających swe podłoże w innych dziedzinach nauki, sztuki i kultury, a każda z dziedzin ma własną klasyfikację, swoje typy i podtypy oraz modele oddziaływań.

Na podstawie zebranej literatury przedmiotu i doświadczenia zawodowego nauczycieli, wyróżniliśmy kilka zasadniczych definicji używanych w terapii zajęciowej, m.in. pojęcie *formy, rodzaju, metody czy techniki terapii zajęciowej*.

Terapeuta zajęciowy pracując z pacjentem bądź podopiecznym kształtuje w nim pewne postawy i za pomocą określonych czynności wyucza go nowych umiejętności. To właśnie ogół tych, jakże zróżnicowanych czynności i ich zaszeregowanie jest tematem tego referatu. Dlatego, aby przedstawić Państwu klasyfikację terapii zajęciowej, wyszliśmy od definicji stosowanych w nauczaniu.

Rozwinięcie

Na początek, chciałabym przypomnieć Państwu, **czym jest terapia zajęciowa?** Kazimiera Milanowska podaje taką oto definicję terapii zajęciowej:

Terapia zajęciowa – leczenie pracą, ergoterapia – wykorzystuje różne formy pracy i rekreacji jako jedne ze środków leczniczych mających na celu przyspieszenie powrotu utraconych funkcji i sprawności, a w przypadkach zmian nieodwracalnych wyrobienie funkcji zastępczych. Terapia zajęciowa jest jedną z form leczenia usprawniającego.

(Milanowska K., 2003)

Definicja terapii zajęciowej w takim sformułowaniu stanowi postrzeganie terapii pod kątem procesu rehabilitacji.

Przechodząc do klasyfikacji terapii zajęciowej, jako jedną z definicji przedstawię pojęcie „formy kształcenia” w nauczaniu w ujęciu podręcznikowym, następnie omówię w jakim sensie to wyrażenie stosujemy w terapii zajęciowej.

Forma kształcenia – organizacyjna strona procesu kształcenia, określająca warunki jego przebiegu i rodzaje aktywności uczniów.

Wiąże się ona ściśle z założonymi przez nauczyciela celami kształcenia oraz kryteriami doboru uczniów.

Autorzy literatury przedmiotu wyróżniają następujące **formy pracy w procesie kształcenia**:

- **grupowa** - polegająca na wykonywaniu zadań przez kilka osób. Grupy mogą liczyć 2-6 osób, mogą być tworzone celowo lub powstawać samorzutnie;
- **zbiorowa** - wszyscy uczestnicy wykonują jednocześnie tę samą pracę, chociaż pracują we właściwym dla nich tempie;
- **indywidualna** – pacjent wykonuje zadania specjalnie dla niego przeznaczone, (przygotowane).

(Leksykon Pedagogika, 2000, str. 68; Wierzchowska –Konera B., 2000, str. 245)

Przyjęliśmy, że w terapii zajęciowej pojęcie **formy** rozumiane jest jako sposób organizacji zajęć terapeutycznych w procesie leczniczym, który uwzględnia kryterium ilości osób, biorących udział w zorganizowanych działaniach terapeuty.

Określenia „forma” będziemy zatem używać tylko w odniesieniu do organizacyjnej strony czynności terapeuty.

(Źródło: opracowanie własne)

Na podstawie wyżej wymienionej definicji i wychodząc naprzeciw potrzebom przyszłych terapeutów zajęciowych ograniczyliśmy się do dwóch następujących **form organizacji zajęć** terapii zajęciowej:

Formy organizacji zajęć terapii zajęciowej



- **grupowa** - polegająca na wykonywaniu różnych bądź tych samych zadań przez kilka osób; grupy mogą być tworzone celowo lub powstawać samorzutnie;
- **indywidualna** – pacjent wykonuje zadania specjalnie dla niego przeznaczone /przygotowane, dobrane tak aby korygowały jego zaburzone sfery w sposób indywidualny.

(Źródło: opracowanie własne)

Systematyzując terapię zajęciową dokonaliśmy podziału jej oddziaływań na gruncie trzech elementów, jakimi są: **rodzaj, metoda i technika.**

Przedstawia to poniższy schemat:

Klasyfikacja terapii zajęciowej

Rodzaje

↓
Metody

↓
Techniki

Nadrzędnym i najbardziej ogólnym elementem tego podziału jest „**rodzaj terapii zajęciowej**”. Każdemu rodzajowi podporządkowane zostały metody pracy a metodom – techniki.

Rodzaj – gatunek czegoś, odmiana, typ, jakość.

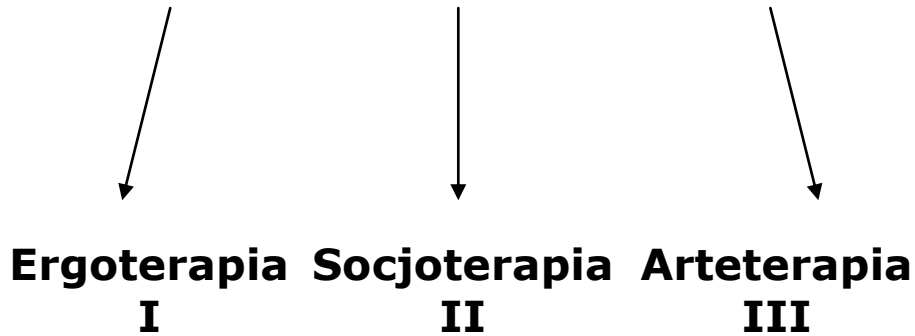
Pojęcie rodzaju określane jest również jako kategoria, klasa czegoś, wyróżniane ze względu na charakterystyczne cechy.

(Słownik współczesnego języka polskiego, 2001, str. 245).

Proponując podział terapii zajęciowej według rodzajów, wyróżniliśmy trzy typy oddziaływań, a mianowicie: ergoterapię, socjoterapię i arteterapię.

Obrazuje to schemat.

Rodzaje terapii zajęciowej



I Ergoterapia – terapia pracą, terapia poprzez zajęcia manualne

II Socjoterapia – terapia zaburzeń zachowania i zaburzeń emocjonalnych w toku spotkań grupowych, towarzyskich

III Arteterapia – terapia sztuką, kontakt bierny lub czynny ze sztuką i kulturą

(Źródło: opracowanie własne)

Węższym pojęciem i podporządkowanym rodzajowi jest metoda.

Metoda

- **w znaczeniu ogólnym** – sposób postępowania, świadomy i powtarzalny;
- **w węższym znaczeniu** – zespół celowych czynności i środków, w szczególności prowadzących do wykonania określonego zadania lub rozwiązania danego problemu.

Metoda to również:

„systematycznie stosowany sposób postępowania, prowadzący do założonego wyniku. Na dany sposób składają się czynności myślowe i praktyczne, odpowiednio dobrane i realizowane w ustalonej kolejności”.

(Wierzchowska –Konera B., 2000, str. 92)

Na podstawie powyższych definicji „metody” skonstruowaliśmy własną, mającą odniesienie do terapii zajęciowej.

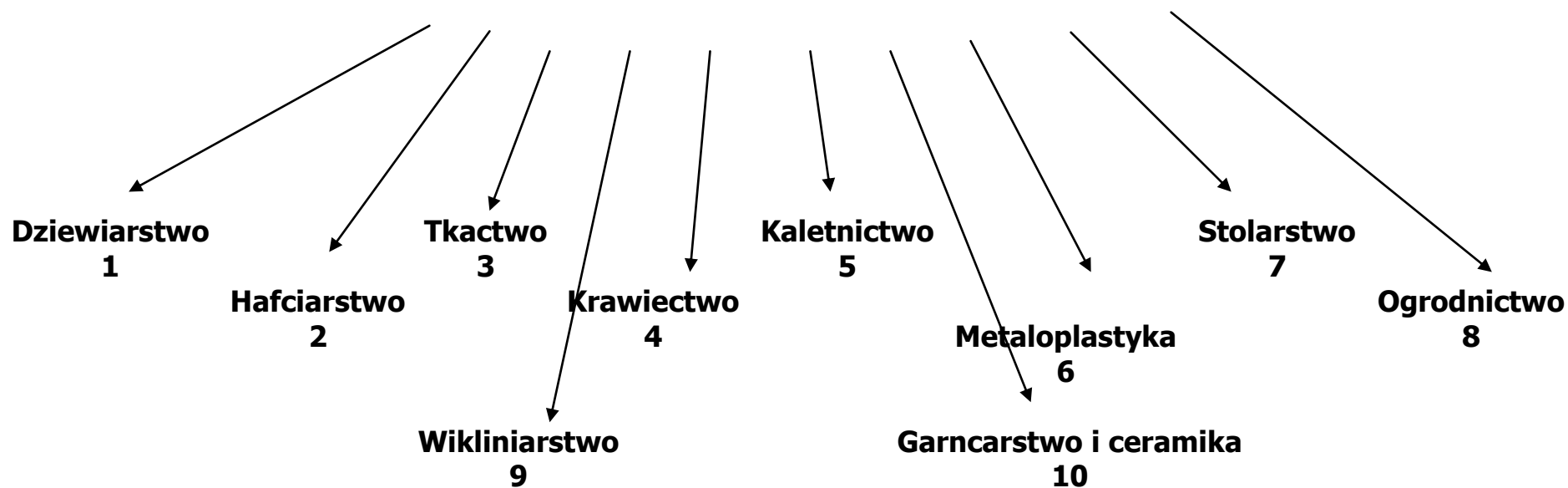
Metoda terapii zajęciowej – pojęcie węższe od rodzaju terapii – sposób postępowania świadomy i powtarzalny, prowadzący do osiągnięcia zamierzonego wyniku leczniczego / terapeutycznego. Składają się na nią czynności myślowe i praktyczne, odpowiednio dobrane i realizowane w ustalonej kolejności.

(Źródło: opracowanie własne)

Określone metody terapii zajęciowej zawierają się w konkretnym rodzaju terapii. Przedstawiają to następujące trzy schematy.

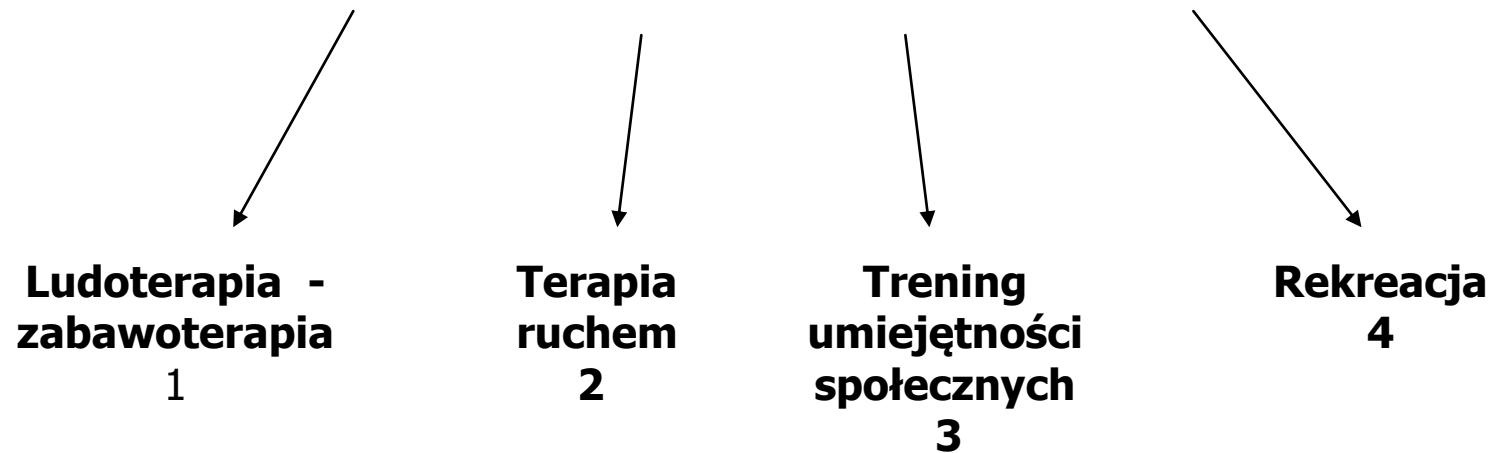
I. ERGOTERAPIA - RODZAJ TERAPII ZAJĘCIOWEJ

Metody ergoterapii



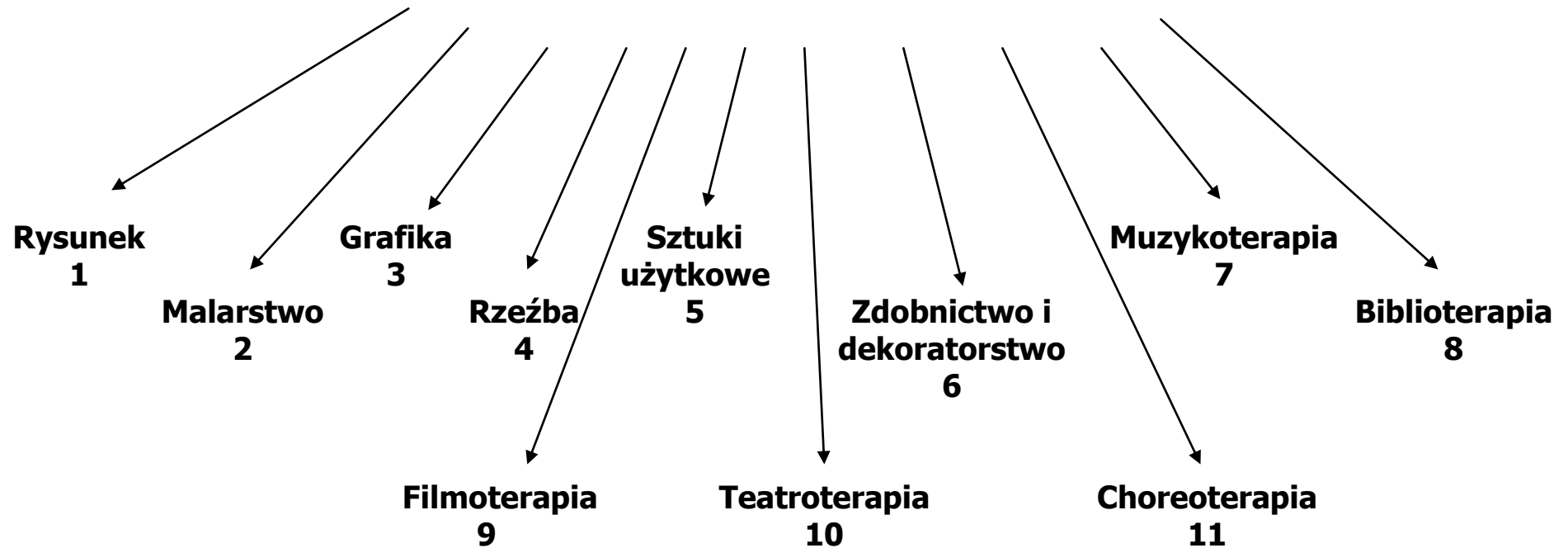
II. SOCJOTERAPIA - RODZAJ TERAPII ZAJĘCIOWEJ

Metody socjoterapii



III. ARTETERAPIA - RODZAJ TERAPII ZAJĘCIOWEJ

Metody arteterapii



Medyczne Studium Zawodowe w Sztumie

Największym określeniem w klasyfikacji terapii zajęciowej jest termin „**technika**”.

Aby wyjaśnić pojęcie techniki w terapii zajęciowej, przytoczę definicję techniki w ujęciu badawczym.

Co to jest technika badawcza?

Techniki badawcze są ukierunkowane przez dobór odpowiedniej metody i rozumiane jako:

„czynności praktyczne regulowane starannie wypracowanymi dyrektywami, pozwalającymi na uzyskanie optymalnie sprawdzalnych informacji, opinii, faktów”.

(Wierzchowska –Konera B., 2000, str. 92)

Technika terapii zajęciowej.

W terapii zajęciowej **technika** jest rozumiana jako *skonkretyzowane czynności praktyczne wykonywane w określonym porządku, pozwalające na uzyskanie określonego efektu oddziaływania terapeutycznego.*

W technice elementem różnicującym jest przede wszystkim materiał bądź narzędzie pracy.

(Źródło: opracowanie własne)

Oto przykładowe techniki terapii zajęciowej, które najczęściej stosowane są w praktycznej działalności tegoż zawodu w różnych placówkach leczniczo – opiekuńczych lub warsztatach terapii zajęciowej.

Rodzaj terapii zajęciowej: ergoterapia	
METODA	TECHNIKA TERAPII ZAJĘCIOWEJ
1. DZIEWIARSTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Szydełkowanie ➤ Robienie na drutach
2. HAFCIARSTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Haft richelieu ➤ Gobelinowy ➤ Krzyżykowy ➤ Hafty regionalne: kaszubski, kociewski itp.
3. TKACTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tkanie na krośnie, na ramkach ➤ Wyplatanie makram, breloczków itp.
4. KRAWIECTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Szycie rzeczy użytkowych ➤ Zabawkarstwo ➤ Reperowanie odzieży
5. KALETNICTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tworzenie wyrobów ze skóry np. obrazy, biżuteria, portfele
6. METALOPLASTYKA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Wyroby z drutu – np. świeczniki, breloczki, drzewka szczęścia ➤ Wyroby z metalu – np. znaczki, godła, medale, obrazy
7. STOLARSTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Prace w drewnie np. płaskorzeźby, rzeźby, domki, pudełka (również z patyków)
8. OGRODNICTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Prace ogrodnicze i porządkowe np. sadzenie, kopanie, sianie
9. WIKLINIARSTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Plecenie różnorodnych przedmiotów z wikliny, np. koszyki
10. GARNCARSTWO I CERAMIKA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Wyrabianie garnków, dzbanów, wazonów ➤ Tworzenie przedmiotów ceramicznych

(Źródło: opracowanie własne)

Rodzaj terapii zajęciowej: socjoterapia	
METODA	TECHNIKA TERAPII ZAJĘCIOWEJ
1. LUDOTERAPIA / ZABAWOTERAPIA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Zabawy manipulacyjne ➤ Zabawy tematyczne ➤ Zabawy konstrukcyjne ➤ Zabawy i gry dydaktyczne
2. TERAPIA RUCHEM	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ćwiczenia ogólnie usprawniające, oddechowe, poranne itp. ➤ Gry i zabawy ruchowe (połączone mogą być również z elementami rytmiki i tańca) ➤ Nauka czynności życia codziennego: <ul style="list-style-type: none"> - trening samoobsługi, np. mycie się, czesanie, ubieranie, przemieszczanie, itp. - trening kulinarny, np. estetyczne przygotowanie i spożywanie posiłków, robienie zakupów; nauka operowania pieniędzmi, doboru artykułów spożyw., kulturalnego zachowania się przy stole
3. TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Treningi: nawiązywania relacji, prowadzenia rozmowy i podtrzymywania kontaktów, aktywnego słuchania, asertywności, rozwiązywania konfliktów
4. REKREACJA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Silwoterapia (oddziaływanie pięknem przyrody – terapia przez spacer po lesie) ➤ Wieczorki taneczne ➤ Zabawy i gry zespołowe ➤ Zwiedzanie – obserwowanie czynności wykonywanych przez inne osoby, np. występów artystycznych, zawodów sportowych bądź rezultatów ich pracy, np. oglądanie wystaw

(Źródło: opracowanie własne)

Rodzaj terapii zajęciowej: arteterapia	
METODA	TECHNIKA TERAPII ZAJĘCIOWEJ
1. RYSUNEK	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Rysowanie kredkami ołówkowymi, świecowymi, pastelami, ołówkiem, kredą, węglem
2. MALARSTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Malowanie farbami plakatowymi, akwarelą, witrażowymi, olejnymi, do szkła, farbami window collors, tuszem kreślarskim
3. GRAFIKA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gipsoryt ➤ Linoryt ➤ Drzeworyt ➤ Monotypia ➤ Druk strukturalny
4. RZEŹBA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Masy plastyczne – masa solna, glina, modelina, plastelina, masa papierowa, wosk itp. ➤ Rzeźbienie w drewnie i innych twardych materiałach ➤ Papiero-plastyka – origami – motywy postaci, przedmiotów, kwiatów; tworzenie laurek
5. SZTUKI UŻYTKOWE	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Witraż – na okna, drzwi, butelki itp. ➤ Fotografia ➤ Plakat, projekty okładek, opakowania, ulotki reklamowe ➤ Collage – wycinanie, wyklejanie, wydzieranie z papieru i tworzenie pracy łączonej różnymi technikami plastycznymi
6. ZDOBNICTWO I DEKORATORSTWO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ikebana - układanie kompozycji z suszonych i żywych kwiatów, roślin, owoców oraz darów natury, np. kory drzewa, szyszek, mchu, muszli, drewna, piór itp., kompozycje w wazonie, w ramach obrazów, koszykach ➤ Dekoracje – okolicznościowe, świąteczne, np. stroiki Wielkanocne, Bożonarodzeniowe, wycinane ozdoby z papieru z okazji świąt i uroczystości ➤ Zdobienie różnych przedmiotów, np. ramek
7. MUZYKOTERAPIA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Muzykoterapia bierna – muzyka aktywizująca, relaksacyjna, trening relaksacyjny Schultza ➤ Muzykoterapia czynna – muzykowanie pacjentów (instrumenty Orffa, gitara i inne), nauka śpiewania nowych piosenek, śpiewanie utworów znanych i lubianych, popularnych ludowych czy biesiadnych
8. BIBLIOTERAPIA	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Czytanie głośne fragmentów lub całości książki / tekstu przez pacjentów i rozmowa po przeczytaniu, ➤ Słuchanie tekstów biblioterapeutycznych (aktywizujących bądź relaksacyjnych) ➤ Poradnictwo biblioteczne – propozycje do samodzielnego czytania i rozmowa po przeczytaniu ➤ Wieczory poezji

Medyczne Studium Zawodowe w Sztumie

9. FILMOTERAPIA	<ul style="list-style-type: none">➤ Projektacja filmów i dyskusja po niej➤ Nagrywanie filmów
10. TEATROTERAPIA	<ul style="list-style-type: none">➤ Psychodrama➤ Drama➤ Pantomima (scenki pantomimiczne)➤ Oglądanie spektakli
11. CHOREOTERAPIA	<ul style="list-style-type: none">➤ Taniec➤ Ćwiczenia muzyczno-ruchowe➤ Improwizacje ruchowe przy muzyce

(Źródło: opracowanie własne)

Zakończenie

Na tym kończy się propozycja systematyki terapii zajęciowej opracowana przez nauczycieli Medycznego Studium Zawodowego w Sztumie. Stanowić ona może przyczynek do własnej refleksji nad interpretacją nazewnictwa wszelkich oddziaływań terapeutycznych oraz do pogłębiania literatury przedmiotu.

Niniejsze opracowanie zostanie opublikowane na łamach strony internetowej naszej szkoły: www.medyk-sztum.pnet.pl

Kontakt z autorkami: medyk-sztum@medyk-sztum.pnet.pl

Medyczne Studium Zawodowe w Sztumie

Bibliografia:

- Arteterapia, Zeszyt naukowy nr 48, Wrocław 1989
- Arteterapia, Zeszyt naukowy nr 57, Wrocław 1990
- Borecka I., Wontorowska – Roter S., *Biblioterapia w edukacji dziecka niepełnosprawnego intelektualnie*, Wałbrzych 2003
- Konieczna E., *Arteterapia w teorii i praktyce*, Kraków 2003
- Kozaczuk L., *Terapia zajęciowa w domach pomocy społecznej*, Warszawa 1995
- Leksykon Pedagogika, Warszawa 2000
- Lorenc A., *Założenia i cele terapii zajęciowej*, „Postępy Rehabilitacji” 1996, Tom X, Zeszyt 1
- Milanowska K. (red.), *Techniki pracy w terapii zajęciowej*, Warszawa 1982
- Milanowska K., *Terapia zajęciowa*, Warszawa 1965
- Piszczek M., *Terapia zabawą – terapia przez sztukę*, Warszawa 1997
- Rola i miejsce terapii zajęciowej w systemie rehabilitacji, II Ogólnopolska Konferencja, Konin 2003
- Szulc W., *Sztuka i terapia*, Warszawa 1993
- Tomasiak E. *Biblioterapia jako metoda pedagogiki specjalnej*, „Szkoła Specjalna” 1991, nr 2/3,
- Tomasiak E., *Czytelnictwo i biblioterapia w pedagogice specjalnej*, Warszawa 1994
- Trzeźniowski R., *Zabawy i gry ruchowe*, Warszawa 1995
- Wierzchowiska – Konera B., *Pedagogika jako nauka*, w: Ciechaniewicz W. (red), *Pedagogika*, Warszawa 2000
- Współczesny Słownik Języka Polskiego, Warszawa 2001