

Wat is de impact van een beperking op je dagelijks leven?

Ideeën om ervaringen na te bootsen

Wat is de impact van het hebben van een beperking op het uitvoeren van dagelijkse activiteiten? Als je geen beperking hebt, is het lastig om je dat voor te stellen. Voor jou als ergotherapeut is het een uitdaging om je vak uit te beelden en het niet alleen maar met woorden en theorie uit te leggen.

De volgende oefeningen zijn daarom bedoeld om mensen ervaringen te laten opdoen en de koppeling te maken naar wat een ergotherapeut kan betekenen in een bepaalde situatie. Om jullie op weg te helpen, vind je hieronder een aantal ideeën om met scholieren in de praktijk te brengen. Gebruik ook zeker je eigen praktijkervaring!

'Visuele beperking'

Koop een bril, dat kan een duikbril of een gewone bril zijn en beplak de glazen geheel en/of gedeeltelijk (afhankelijk van het ziektebeeld dat je wilt stimuleren) met tape. Laat een scholier vervolgens een eenvoudige activiteit uitvoeren, zoals boterham smeren of water inschenken. Je kunt vertellen bij welke aandoeningen dit kan voorkomen. Mensen denken vaak alleen aan blinden of slechtzienden, maar visuele beperkingen kunnen ook ontstaan ten gevolge van een NAH. Vervolgens kun je de koppeling maken hoe je samen met een cliënt dit in de praktijk gaat behandelen.

'Halfzijdige verlamming'

Eenhandigheid kun je nabootsen door een scholier de arm op de rug te laten houden of in een sling/mitella te hangen (of gebruik een neparm als je die tot je beschikking hebt). Laat de scholier een eenvoudige activiteit uitvoeren, zoals veters strikken of een jas dichtritsen. Koppel de eenhandigheid ook aan een diagnose zoals CVA en benoem de meerwaarde van de ergotherapie in deze situatie. Benoem dan ook hoe je deze activiteit zou gaan trainen met een cliënt met een halfzijdige verlamming.

Klinimetrie

Neem een meetinstrument (klinimetrie) mee vanuit de praktijk. Denk aan de Nine Hole Peg Test of de handkrachtmeter, deze zijn makkelijk mee te nemen. Geef uitleg en laat de scholier de test ook uitvoeren. Je kunt natuurlijk ook andere klinimetrie meenemen om te laten zien wat de ergotherapeut allemaal gebruikt als diagnostiek bij welke diagnoses of ziektebeelden. Leg daarbij ook uit waarom je deze informatie verzamelt en wat je uiteindelijk wilt met deze informatie.

Rolstoelen

Rolstoelrijden oefenen met drempels en wheelies maken, afhankelijk waar je bent en of je de beschikking hebt over een rolstoel. Bespreek welke indicaties er allemaal zijn (niet alleen de verpleeghuisrolstoelen, maar ook de lage sportieve handbewogen rolstoelen) en waar men aan moet denken met het aanmeten van en de omgang met een rolstoel, en hoe je de aanvraag van het product regelt. Je kunt aangeven wat het belang is om goede kennis te hebben van de medische diagnose. Maak een koppeling naar de handelingsgebieden van de ergotherapie, zoals sport en werk: hoe draagt deze rolstoel bij aan het dagelijks leven en hoe kun je dit met de cliënt oefenen?

Spalken

Als hand-ergotherapeut kun je spalken meenemen. Leg daarbij uit waarom een ergotherapeut de spalken maakt voor het dagelijks leven en welke (medische) kennis je hierbij nodig hebt. Helemaal mooi is, wanneer er verschillende formaten zijn, zodat scholieren ze kunnen aandoen en ervaren hoe je dan bijvoorbeeld je telefoon bedient. Als de mogelijkheid er is, kun je ook spalkmateriaal, waterkoker en een emmer/bak meenemen om ter plekke een eenvoudig spalkje te maken.

App 'Bartiméus ZIEN'

Laat scholieren de gratis app 'Bartiméus ZIEN' downloaden op hun smartphone. Met deze simulatie-app kun je door de telefoon kijken vanuit vijf verschillende aandoeningen. Benoem wat de ergotherapeut voor cliënten met deze aandoeningen betekent. Wat houdt de beperking in en hoe vertaalt zich dat naar het dagelijks leven zoals autorijden en koken? Het is ook leuk om cliëntervaringen te vertellen.

Technologie

Technologie wordt steeds vaker toegepast. Laat apps zien die je gebruikt als ergotherapeut zoals 'Niet Rennen Maar Plannen' en 'De Activiteitenweger'. Vermeld bij welke diagnoses en op welke manier deze apps worden ingezet tijdens de therapie.

Competitie

Je kunt scholieren ook actief betrekken door een competitie-element toe te voegen. Afhankelijk van welke spullen je meeneemt, zou je kunnen timen wie het snelst eenhandig schoenveters kan strikken of wie de meeste handkracht heeft. Zorg voor een klein ergotherapie-prijsje zoals een pen of een ander gadget waar de naam van je praktijk op staat, of de naam van Ergotherapie Nederland. Vraag toestemming om dit eventueel op social media te mogen delen of vraag aan scholieren of zij dit zelf willen posten (met bijvoorbeeld #mooisteberoep of benoemen van Ergotherapie Nederland).

➔ **Heb jij een leuke aanvulling om de meerwaarde van ergotherapie op een praktische manier te laten zien? Wij horen het graag via communicatie@ergotherapie.nl.**