

Petrea Guðný Sigurðardóttir

Eftir stúdentspróf frá Framhaldsskólanum á Húsavík stefndi ég á frekara nám, en vissi ekki strax hvað ég vildi í þeim efnum. VARÚÐ, því hér kemur gömul klisja: það eina sem ég vissi var að mig langaði að vinna með fólki. Eftir nokkurra mánaða hlé frá nemandahlutverkinu byrjaði ég að kynna mér námsframboð háskólanna. Fljótlega komst ég á snóðir um tiltölulega nýjan námsmöguleika á Íslandi, iðjuþjálfun. Því er ekki að neita að annað kom til greina, þá helst sálfræði eða félagsráðgjöf. En á þessu tímabili í lífi mínu hugnaðist mér betur að halda mig úti á landsbyggðinni, í mátulegri fjarlægð frá heimahögunum. Því fór sem fór að ég stundaði nám í iðjuþjálfun við Háskólann á Akureyri á árunum 2000-2004.



Starfsferilinn hófst með afleysingum í eitt ár, fyrst á dagdeild geðdeildar á Sjúkrahúsinu á Akureyri (FSA) og svo í Árholti sem er skóla- og dagvistun fyrir börn með fatlanir. Frá árinu 2005 hef ég unnið á endurhæfingardeild FSA, nær eingöngu í teymi sem vinnur með skjólstæðingum sem glíma við offitu og eru að temja sér nýjan lífsstíl. Á þessum tíma var um nýtt meðferðarform að ræða á FSA. Allar sögurnar af iðjuþjálfum (útskrifuðum frá HA) sem voru að vinna frumkvöðlastarf hér og þar um landið heilluðu mig á námsárunum. Þetta var mitt tækifæri til að móta og byggja upp nýja þjónustu iðjuþjálfar.

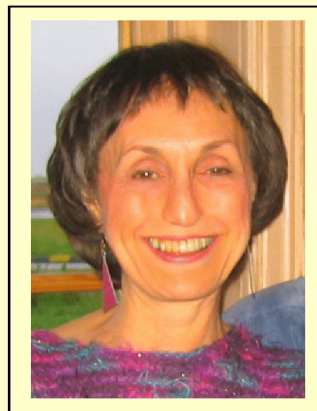
Í starfi mínu fæ ég tækifæri til að gera hluti sem gefa mér mikið. Til dæmis finnst mér slökun vera frábært verkfæri að vinna með, verkfæri sem hægt er að nota svo víða. Fræðsla til skjólstæðinga finnst mér vera mjög skemmtileg. Ég nýt þess að kafa ofan í ákveðið efni og tileinka mér það, fræða skjólstæðinga mína, ræða um það og vinna með það í framhaldinu. Í árslok 2009 lauk ég eins árs námi í hugrænni atferlismeðferð fyrir háskólamenntað heilbrigðisstarfsfólk. Á þeim tímapunkti, þegar ég ákvað að fara í þetta nám fann ég að það var kominn tími á nýja áskorun og þarna var kjörið tækifæri fyrir mig til þróa mig áfram í starfi. Mér fannst líka mikill kostur að námið er skipulagt sem nám samhliða starfi. Ég má einnig til með að segja frá Dale Carnegie námskeiði sem ég sótti árið 2007. Það hjálpaði mér að byggja upp aukið sjálfstraust og gerði mig hæfari til að takast á við álag og áskoranir.

Að mínu mati er fjölbreytni fagsins helsti kostur þess, því fjölbreytnin felur í sér endalausa möguleika. Iðjuþjálfar geta söðlað um, skipt algjörlega um starfsvettvang, en samt starfað áfram sem iðjuþjálfar. Þessi fjölbreytni felur einnig í sér marga möguleika þegar lítið er til frekara náms.

Hope Knútsson

Ég útskrifaðist úr námi í iðjubjálfun árið 1967 frá Columbia Háskóla í New York City.

Ég ætlaði upphaflega að verða sálfræðingur vegna þess að ég hef óbilandi trú á því að fólk geti breytt hegðun sinni, hugsunum og eigin lífi. Ég tók BA próf í sálfræði og heimspeki 1964 og fékk starf sem aðstoðarfélagsráðgjafi í New York City. Ég var með 100 skjólstæðinga sem ég þurfti að fylgjast með og var það hluti af eftirmeðferð þeirra að lokinni dvöl á geðsjúkrahúsi. Ég vann eitt ár við þetta starf.



Ég var ekki nógu sátt við sumt af því sem felst í því hlutverki sálfræðings eða félagsráðgjafa að sitja fyrir aftan skrifborð sem ég upplifði að væri hindrun eða fyrirstaða og spyrja fólk spurninga, eins og það væri í yfirheyrslu. Mér fannst þetta frekar óeðlilegt, stíft og takmarkað.

Einn dag í vinnunni, heimsótti ég dagspítala sem var tengdur göngudeildinni þar sem ég vann og þar sá ég iðjubjálfun í praxis og það kveikti í mér! Ég fann strax að svona vildi ég vinna með fólki með geðræn vandamál. Ég vildi nota meira af persónuleika mínum en starfið sem sálfræðingur eða félagsráðgjafi bauð upp á. Ég vildi t.d. hafa tækifæri til þess að geta komist í snertingu við fólk, nota kímniáfu, syngja og leika með þeim og fara saman út í samfélagið. Ég vildi aðstoða fólk við þeirra hversdagslegu athafnir sem í raun skipta miklu máli í lífinu. Ég hreifst af þessari fjölbreytni og þeim fjölmörgu tækifærum sem iðjubjálfun hefur upp á að bjóða manneskju sem hefur áhuga á að hjálpa öðrum.

Ég hef aldrei séð eftir því að hafa orðið iðjubjálfi. Eftir nokkur ár í starfi ákvað ég að flytja til Íslands til að verða brautryðjandi í faginu og taka þátt í að stofna námsbraut í iðjubjálfun hér. Það tók einungis um 20 ár! En það tókst!

Sigprúður Loftsdóttir

Ég held að það hafi verið fyrst og fremst áhugi fyrir fólki og velferð einstaklinga sem hvatti mig til að skoða iðjupjálfun sem framtíðarstarf. Hugmyndafræði iðjupjálfunar höfðaði sterkt til mín. Það að horfa heildrænt á aðstæður einstaklingsins og efla hann til sjálfshjálpar líkaði mér vel.

Ég lærði iðjupjálfun í Ergoterapiskolen í Álaborg í Danmörku og útskrifaðist þaðan árið 1997. Síðan þá hef ég að mestu leyti unnið við langtíma endurhæfingu einstaklinga sem hafa lent í alvarlegum slysum eða miklum veikindum, aðallega á endurhæfingardeild Landspítala Grensási. Þar vinn ég að fjölbreyttum verkefnum, bæði í skjólstæðingsvinnu og í faglegri framþróun. Ég er í teymisvinnu og samvinnu við fjölda fólks á hverjum degi. Þetta eru skjólstæðingar, aðstandendur þeirra, fagfólk sem vinnur á deildinni og er úr fjölmörgum heilbrigðisstéttum og loks fagfólk frá öðrum stofnunum og fyrirtækjum.



Skjólstæðingar mínir hafa margir orðið fyrir alvarlegri færniskerðingu m.a. vegna heilaskaða eða lömunar. Það er mikil ögrun fólgin í því að finna leiðir til þess að mikið hreyfihamlaður einstaklingur geti tekið þátt í lífinu á ný. Um leið er það krefjandi og skemmtilegt verkefni. Það krefst hugmyndaflugs, þolinmæði, útsjónarsemi og mikillar samvinnu við einstaklinginn, aðstandendur hans og allskonar fagfólk. Það er mikil vinna fyrir alla, en þegar vel tekst til er árangurinn eftir því.

Með því að fylgjast með skjólstæðingum mínum hef ég lært, að aðlögunarhæfni fólks er einstök. Það er hægt að skapa sér ánægulegt líf þrátt fyrir að lömun komi í veg fyrir að maður geti sjálfur sinnt sínum líkamlegu þörfum. Hlutverk mitt sem iðjupjálfa er einmitt stórt í endurhæfingu þessara einstaklinga. Iðjupjálfar eru sérfræðingar í hjálpartækjum og hugsa lausnarmiðað. Ég vinn í því með einstaklingnum að finna heppileg hjálpartæki, sem reyndar eru ekki alltaf til, þannig að oft hef ég þurft að finna upp nýjar lausnir eða aðlaga tæki að þörfum viðkomandi.

Ég á erfitt með að lýsa þeirri ánægju sem fylgir því að sjá einstakling takast á við lífið á ný eftir langvinna og erfiða endurhæfingu. Að fá að fylgjast með fólki rísa upp úr aðstæðum sem okkur hinum finnst óskiljanlegar og skapa sér innihaldsríka tilveru. Ánægjan er þeim mun meiri þegar ég veit að iðjupjálfun á stóran þátt í þessum árangri. Með reynslunni hef ég séð sífellt betur, að hugmyndir iðjupjálfunar og verklag okkar eru grundvöllur þess að endurhæfing þessara einstaklinga takist vel.

Elsa Sigríður Þorvaldsdóttir

Ég hóf nám í iðjuþjálfun í janúar 1984 í Þrándheimi í Noregi. Aðdragandi þess var að ég var nemandi á Heilsugæslubraut í Fjölbaut í Breiðholti. Eitt sinn kemur til mín einn af kennurum námsbrautarinnar og segir “þú átt að fara í iðjuþjálfun”. Ég hafði aldrei heyrt um þetta fag og spurði hana aðeins um þetta, hún taldi að þar sem ég væri svona “skapandi” og “líflæg” ætti ég heima þarna (held að henni hafi fundist ég frekar óstýrlát).

En uppfrá þessu fór ég að kynna mér iðjuþjálfun og leist svona ansi vel á. Útskrifaðist síðan sem iðjuþjálfari jólin 1986 og verð henni Guðrúnu, gamla kennaranum mínum, ævinlega þakklát fyrir þetta innlegg (hef nú stundum velt því fyrir mér hvað hún vissi um fagið ...).

Eftir að ég útskrifaðist hef ég aflað mér víótækrar reynslu. Það er einmitt eitt af því sem er svo heillandi við fagið að starfsviðið er svo breitt og möguleikarnir óþrjótandi. Ég vann í nokkur ár í Noregi bæði í Þrándheimi og í Norður Noregi við endurhæfingu einstaklinga. Hér heima hef ég unnið á Grensás, Borgarspítalanum, Greiningar- og Ráðgjafarstöð ríkisins, hjá Skólaskrifstofu Hafnarfjarðar, á MS heimilinu, á Heilbr.stofnun Þingeyinga á Húsavík og nú starfa ég á Æfingarstöð lamaðra og fatlaðra í Hf.

Öll reynsla er mikilvæg en sú reynsla sem stendur upp úr, er vinnan mín á Húsavík. Þar voru ekki mikil kynni af iðjuþjálfun áður en ég kom þangað árið 2001 en núna 7 árum síðar, vinna þar 5 iðjuþjálfar. Afar ánægjuleg þróun. Það var gaman að vera hálfgerður brautryðjandi fyrir fagið og ég man þessa tilfinningu hvað mér fannst fólk vera þakklátt fyrir þjónustuna. Allt í einu var eins og starfið mitt væri meira virði en áður. Það var líka ótrúleg upplifun að keyra um í snjó og byl og vera að leita að einhverjum sveitargrunnskóla og halda ég væri löngu villt en svo allt í einu finna hann og ganga inn í skólann og hitta fullt af yndislegu fólki. Þetta var ógleymanleg reynsla og hvet ég alla sem möguleika hafa til að prófa að búa út á landi og starfa þar.

Annað sem stendur upp úr er að hafa verið þátttakandi í að byggja upp starfsendurhæfinguna Byr á Húsavík sem heitir núna starfsendurhæfing Norðurlands. Að eiga þátt í að efla fólk til þátttöku á nýjan leik og rjúfa vítahring einangrunar er virkilega gefandi starf. Fyrir utan það, hversu gaman er sem iðjuþjálfari að vinna með mörgum ólíkum faghópum.

Það er gott að vera iðjuþjálfari, mörg ólík störf í boði og góðir möguleikar á framhaldsnámi. Undanfarin ár hef ég verið í framhaldsnámi í Heilbrigðisvísindum við Háskólann á Akureyri, nám sem ég get hiklaust mælt með.



Sigríður Kristín Gísladóttir

Lífið er fullt af skemmtilegum tilviljunum sem réðu því meðal annars að ég valdi að verða iðjupjálfi. Mamma vinkonu minnar benti mér á þann valkost, þar sem ég væri ráðagóð, en ég hafði ekki heyrt minnst á fagið. Ég fór smá krók og réði önnur tilviljun því að ég fór í Fósturskóla Íslands. Jóna Kristófersdóttir, sem var iðjupjálfi á Kleppi, taldi mig af því að sækja beint um í iðjupjálfun í Danmörku og er ég henni ævinlega þakklát fyrir. Sem fóstura vann ég svo í 6 ár og fór síðan til Kaupmannahafnar, meira af þrákelkni en af vissu um hvað iðjupjálfun snerist um.

Að loknu námi við Iðjupjálfaskólann í Kaupmannahöfn 1993 hóf ég störf á Æfingastöð SLF þar sem megin áhersla er á þjónustu við börn og ungmenni, þannig að reynsla mín sem fóstura skilaði sér beint inn í starfið. Iðjupjálfnámið var góður grunnur og þeir iðjupjálfar sem með mér störfuðu voru hafsjór af þekkingu og með óbilandi áhuga á að þróa þjónustuna áfram.

Árið 2000 hóf ég störf á Miðstöð heilsuverndar barna (MHB), Þroska- og hegðunarsviði. Þar er starfrækt þverfaglegt teymi barnalækna, sálfræðinga, iðjupjálfa, sjúkrapjálfa og félagsráðgjafa sem m.a. sinnir sérhæfðri greiningu og ráðgjöf vegna þroska- og hegðunarfrávika hjá börnum. Þarna kom fyrri reynsla af samskiptum við börn og foreldra og sú sýn að mikilvægt sé að stuðla að samsvörun einstaklings, þess sem hann/hún fæst við á hverjum tíma og umhverfisins að góðum notum. Á þeim árum sem ég starfaði á MHB lauk ég meistaranámi frá Dalhousie háskólanum í Halifax, Kanada og fékk dyggan stuðning og hvatningu frá reyndum iðjupjálfum sem hafa óbilandi þrek og vilja til að stuðla að framþróun innan fagsins.

Frá hausti 2007 hef ég svo unnið sem iðjupjálfi Heilsugæslunnar á Akranesi og Akraneskaupstaðar. Starfið er að mestu helgað börnum, foreldrum og skólafólki. Á þessum nýja vettvangi gefst mér færi á að hrinda í framkvæmd vinnulagi sem miðar að því að efla þá einstaklinga sem koma að menntun og uppeldi barna og ungmenna og stuðla að aðlögun á umhverfi í stað þess að sinna fyrst og fremst beinni þjálfun. Hér gefst kostur á að vefa hugmyndafræði og gildi fagsins inn í samfélag sem er opið, býr yfir ríkulegum mannauð og vilja til að leita lausna.

Lítil saga: Ég var með námskeið í skriftarfærni, þar sem áherslan var meðal annars á að auka trú barnanna á eigin færni og breyta viðhorfum þeirra til þess að skrifa. Vinnan með börnunum var gefandi og skemmtileg en stærsta stundir var þegar kennari stelpu sem tók þátt sendi hana til mín með lítið bréf sem hún hafði skrifað til vinkonu sinnar. Þarna var allt í einu heil örskrifuð með skýrum stöfum og stúlka sem ljómaði eins og sólin af stolti.



Eygló Daníelsdóttir

„Hefurðu eitthvað þælt í að læra iðjuþjálfun?“ spurði sjúkraþjálfarinn minn á meðan hún hamaðist á bakinu á mér svo ég fann svitadropana spretta alls staðar út. „Hvað meinarðu, hvað er það?“ spurði ég. Ég var búin að vera í veikindaleyfi í nokkrar vikur, búin að rústa bakinu á mér í aðhlynningarstarfi og hún vissi að ég væri að leita mér að öðru framtíðarstarfi innan heilbrigðisgeirans.

Í framhaldi af þessu samtali okkar hafði ég samband við Hope Knútsson sem þá var formaður Iðjuþjálfafélagsins og fékk hjá henni ýmsar upplýsingar, ábendingar um vinnustaði og að til stæði að fara að kenna þetta á Íslandi fljótlega. Ég var einhvern veginn ekki of trúuð á að það væri eitthvað að gerast og sótti um skóla í Danmörku og fékk inngöngu. Þá komu þær fréttir að kennsla í iðjuþjálfun hæfist á Akureyri um haustið svo ég skipti um skoðun og fór þangað með mann, barn og bumbubúa.

Á næstu fjórum árum lærði ég mikið um iðju mannsins og allt sem fylgir iðjufræðunum en einnig lærði ég mikið um sjálfa mig. Þetta nám krefst þess ekki eingöngu að maður sé opinn fyrir umhverfinu, kröfum þess og tækifærum, heldur einnig að þekkja sinn innri mann, eigin styrkleika og veikleika þar sem við sjálf erum helsta verkfærið í starfinu.

Eftir útskrift réðst ég sem yfiriðjuþjálfari á öldrunarlækningadeild FSA á Kristnesi og starfaði þar í fjögur ár. Unnið var í teymi með öllum fagstéttum og einnig var gott samband við heimahjúkrun og heimaþjónustu á svæðinu til að bæta samfellu þjónustunnar.

Nú hef ég starfað í þrjú ár á Heilbrigðisstofnun Austurlands sem er gjörólíkt umhverfi. Vinnan mín fellur bæði undir sjúkradeild og heilsugæslu og til mín koma skjólstæðingar frá þriggja ára til hundrað. Hluti af mínu starfi fer fram innan leikskólanna en einnig fer drjúgur hluti tímans í heimilisathuganir og ráðgjöf um hjálpartæki sem undirbúningur fyrir útskrift af sjúkrahúsi.

Iðjuþjálfun er ekki einfalt starf en í því er mikil fjölbreytni og allir ættu að geta fundið svið sem þeim hentar að vinna á. Það eina sem stöðvar mann er maður sjálfur ;)



Sigurbjörg Hannesdóttir

Á mínum menntaskólaárum heyrði ég um iðjuþjálfun og það vakti fljótt áhuga minn. Ég útskrifaðist úr Menntaskólanum í Reykjavík 1993 og ákvað að taka mér eitt ár í að hugsa um hvað ég vildi læra og “verða”. Á þessum tíma var ekki hægt að læra iðjuþjálfun á Íslandi og það var stórt skref að flytja til útlanda og hefja nám. En árið 1996 ákvað ég að flytja til Esbjerg á Jótlandi, Danmörku, og hóf nám í iðjuþjálfun í janúar 1997. Ég fann mig mjög vel í náminu og að nú var ég á réttri hillu og útskrifaðist 1999.

Eftir útskrift prófaði ég sitt lítið af hverju. Ég vann sem iðjuþjálfari í afleysingum á spítalanum á Borgundarhólmi í tvo mánuði, flutti til Íslands og vann sem iðjuþjálfari í afleysingum á Reykjalundi, geðdeild LSH og á Landakoti. Mér fannst mjög gott að prófa marga staði og sjá hve fjölbreytt iðjuþjálfar starfa.

Árið 2002 flutti ég til Kaupmannahafnar og hóf störf sem iðjuþjálfari á Amager hospital. Vann þar á dagspítala og á öldrunardeild. Það var mjög reynslumikill tími fyrir mig og ég naut þess að vinna í stórum hóp af iðjuþjálfum. Þar fékk ég reynslu í t.d. endurhæfingu, heimilisathugunum og útskriftum sjúklinga.

Svo kom heimpráin aftur og ég flutti til Íslands 2004 og hóf störf á Hrafnistu í Reykjavík. Ég var fyrsti iðjuþjálfinn sem hóf störf þar og við tók mikið mótunarstarf. Að finna flöt fyrir iðjuþjálfun á stóru hjúkrunarheimili. Þetta er mjög krefjandi og spennandi verkefni þar sem þörfin fyrir hugmyndafræði iðjuþjálfara er mikil.

Ég ákvað einnig að taka virkan þátt í félagsstörfum Iðjuþjálfafélagsins og bauð mig fram í stjórn Iðjuþjálfafélagsins 2004 og er ritari stjórnar. Að vera í stjórn ÍÞÍ hefur verið mjög gagnlegt, þar finnst mér ég hafa lært mikið sem hefur nýst mér í starfi sem iðjuþjálfari og stjórnandi.

Árið 2006 fann ég fyrir þörf til að læra meira. Það var í boði nýtt nám hjá Endurmenntun Háskóla Íslands fyrir heilbrigðisstarfsmenn—Hugræn atferlismeðferð. Námið tók rúmt ár og ég útskrifaðist í október 2007.

Það er alltaf gaman að vera iðjuþjálfari því við hugsum öðruvísi og getum nýtt okkar þekkingu á svo mörgum sviðum. Ég er mjög stolt af því að vera iðjuþjálfari og sé ekki eftir vali mínu á námi.

