

ÍÐJUPJÁLFINN



ÍÐJUPJÁLFAFÉLAG ÍSLANDS
17. ARG. JÚNÍ 1995 1. TBL.

VELA

Fjölbreytt úrval af tækjum fyrir hreyfihamlaða einstaklinga í heimahúsum og á sjúkrastofnunum. Þroskaleikföng - rofar - þjálfunartæki. Tjáskiptatæki. Hjólastólar - göngugrindur - lyftur (hoist) frístandandi og í loft og margt fl. Hagstæðustu verðin á markaðnum.

Leitið upplýsinga um verð og fáði senda bæklinga.

Impala

Stóllinn frá R82 er nýr fjölnotastóll sem hentar bæði í heimahúsum og á stofnunum.

Ný framleiðsla - frábært verð - frábær gæði.



Impala
fjölnota hvíldar-
og hjólastólar
frá R82

VELA

Skipholt 50c
Sími: 551 6990
Fax: 551 6956

ÍÐJUPJÁLFINN

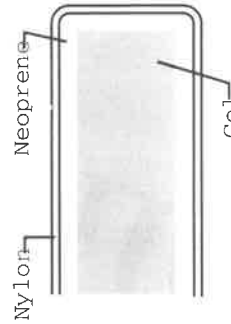
Anti-Decubitus
Gel Pads

Multicare[®] gelsessur

MATTURINN & DÝRÐIN

Nýr og áhrifarður valkostur í meðferð og til varnar þrýstingssára (Decubitus). Þær eru fánlegar í nokkrum stærðum hvort heldur sem er fyrir rúm eða stóla.

Gelið í miðju sessunnar hefur eftirfarandi eiginleika:

- Hægt minni
 - Mikla seigjueiginleika (viscosity)
 - Mikla teygjuеiginleika (elasticity)
 - Jafnhitaeiginleika (isothermic)
 - Lekur ekki
- 
- The diagram shows a cross-section of the gel pad with three distinct layers. The top layer is labeled 'Nylon', the middle layer is labeled 'Neoprene', and the bottom layer is labeled 'Gel'.

Ef þú óskar eftir frekari upplýsingum eða kynningu á vinnustað, hafðu þá samband.



Hverfisgötu 105, 101 Reykjavík, sími 562 1460

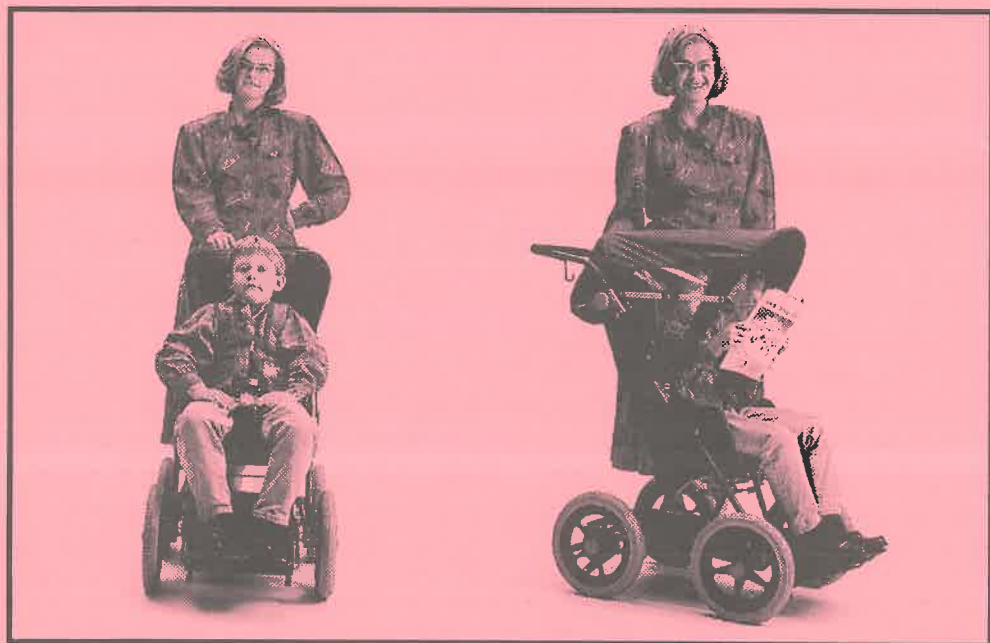
FAGBLAÐ IÐJUPJÁLFA**Pósthólf 4159****124 Reykjavík**

PRENTUN: Offsetfjölritun h.f.
Mjólnisholti 14, 105 Reykjavík

RITNEFND: Anna Ingileif Erlendsdóttir
Erna Magnúsdóttir
Gunnhildur Gísladóttir
Sigríður Kr. Gísladóttir

STJÓRN: Hope Knútsson formaður
Guðrún Kristín Guðfinnsdóttir varaformaður
Elsa Ingimarsdóttir gjaldkeri
Katla Kristvinsdóttir ritari
Bára Sigurðardóttir meðstjórnandi
Anna Sveinbjörnsdóttir meðstjórnandi
Auður Axelsdóttir meðstjórnandi

	Bls.
EFNISYFIRLIT:	
Ritnefndarspjall	5
Stjórnarskipti	7
Samanburðarrannsókn á frammistöðu íslenskra barna og bandarískra á þroskaprófi Miller (MAP)	8
Iðjupjálfun Geðdeild Lsp. v/Klepp 1988-1995	22
"Áreitni" lítil saga um iðjupjálfa sem varð fyrir þráhyggju sjúklings	25
Samskiptanámskeið – Frétt til gamans	27
Tíminn, einn helsti streituvaldur nútímans	29
"Ergonomiu-hópurinn"	31
Námskeið um vinnuvistfræði í grunnskólum	34
Heilbrigði – arður – ánægja	37
Lausar stöður	41



Höfum þjónað íslenskum notendum í 18 ár.
Þökkum gott samstarf

AUSTURBAKKI HF.

RITNEFNDARSPJALL

Fuglarnir syngja, sólin skín og fyrra tölbulað iðjubjálfans 1995 er komið út.

Efni blaðsins að þessu sinni er blandað. Við viljum vekja athygli á grein Snæfríðar Þ. Egilson sem lauk 2ja ára mastersnámi árið 1994. Greinin er byggð á rannsókn hennar um samanburð á frammistöðu íslenskra barna og bandarískra á þroskaþrófi Miller.

Í ritnefnd hafa orðið mannaskipti. Um leið og við kveðjum Kristjönu Ólafsdóttur þjóðum við Önnu Ingileif Erlendsdóttur velkomna.

Gleðilegt sumar



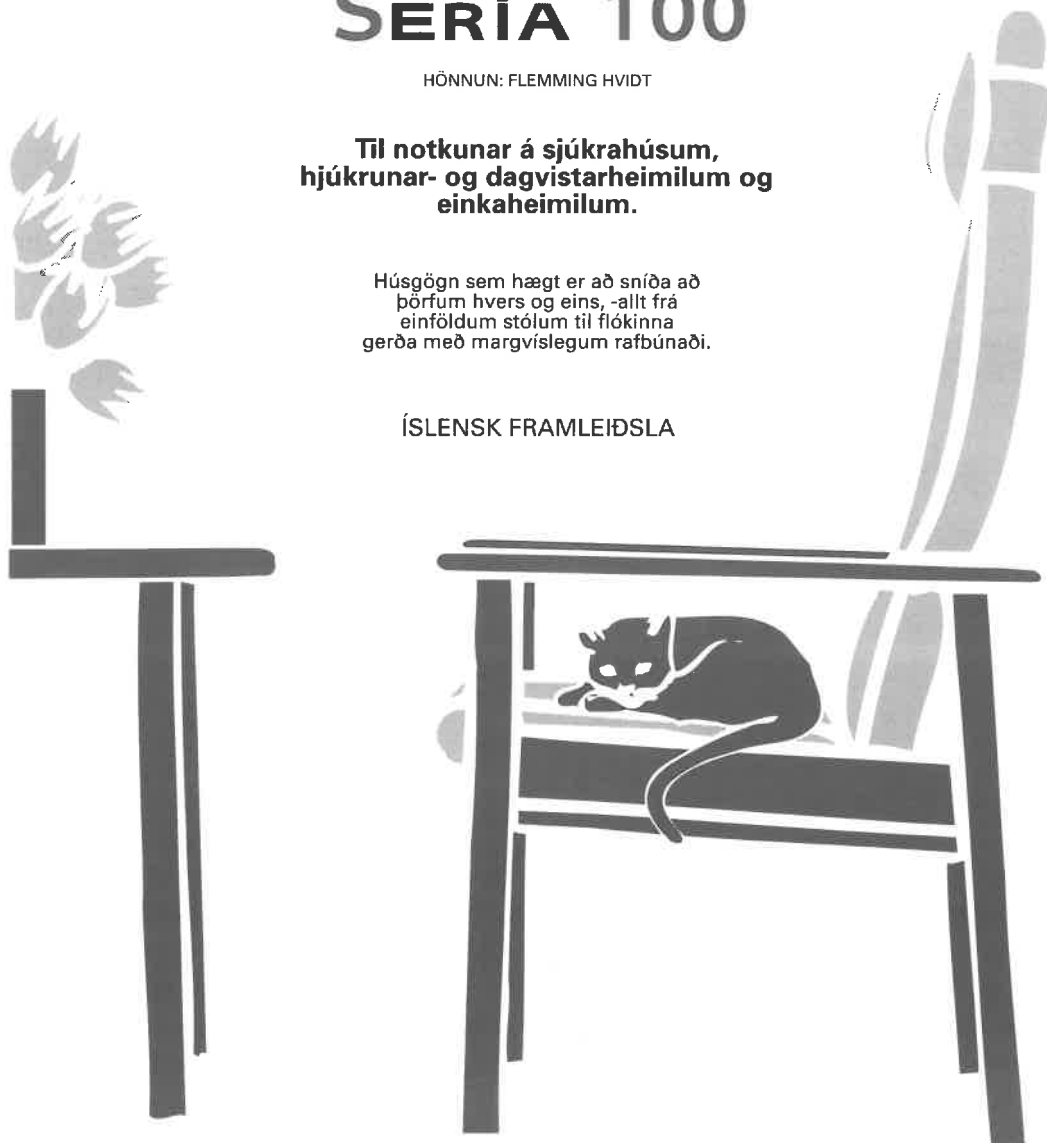
SERÍA 100

HÖNNUN: FLEMMING HVIDT

**Til notkunar á sjúkrahúsum,
hjúkrunar- og dagvistarheimilum og
einkaheimilum.**

Húsgögn sem hægt er að sníða að
þörfum hvers og eins, -allt frá
einföldum stólum til flókinna
gerða með margvíslegum rafbúnaði.

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA



STILL

EPAL HF FAXAFENI 7 108 REYKJAVÍK SÍMI 568 7733 FAX 568 7740

STJÓRNARSKIPTI

Á aðalfundi þann 18. Mars 1995 voru Iðjuþjálfafélag Íslands og Kjarafélag iðjuþjálfra sameinuð í nýtt fagstéttarfélag, sem áfram heldur nafninu Iðjuþjálfafélag Íslands.

Af því tilefni birtum við myndir af fráfarandi og núverandi stjórn félagsins.



A

Fráfarandi stjórn

Talið frá vinstri:
Guðrún Kr. Guðfinnsdóttir
Hope Knútsson
Katla Kristvinsdóttir
Lilja Ingvarsson
Bára Sigurðardóttir



B

Núverandi stjórn

Talið frá vinstri:
Auður Axelsdóttir
Hope Knútsson
Katla Kristvinsdóttir
Guðrún K. Guðfinnsdóttir
Bára Sigurðardóttir
Anna Sveinbjörnsdóttir
Á myndina vantar:
Elsu Ingimarsdóttur

Snæfríður Þ. Egilson iðjupjálfi

SAMANBURÐARRANNSÓKN Á FRAMMISTÖÐU ÍSLENSKRA BARNA OG BANDARÍSKRA Á ÞROSKAPRÓFI MILLER (MAP)

Þroskapróf Miller (MAP) kom út í núverandi mynd árið 1982. Markmið prófsins er að greina þau börn sem víkja frá eðlilegum þroska og líklegt er að muni eiga í erfiðleikum í skóla. Auk þess gefur prófið viðtækar upplýsingar um skynjun, skynúrvinnslu og hreyfiproska. Aðferð: Frammistaða íslenskra barna í þremur aldurshópum var borin saman við bandarísku viðmiðin á prófþáttunum 27.

Niðurstaða: Dreifing á innbyrðis frammi-

stöðu íslensku barnanna var minni en meðal bandaríska stöðlunarúrtaksins á nokkrum prófþáttum. Lagt er til að niðurstöður prófanna með MAP á íslenskum forskólabörnum séu túlkaðar með hliðsjón af þessum upplýsingum og þörf er á frekari réttmætisathugunum á prófinu hér á landi. Þessar niðurstöður undirstrika mikilvægi þess að þroskapróf sem flutt eru á milli menningarsvæða sé rannsökuð ítarlega á viðkomandi stað.

Undanfarin ár hefur verið lagt æ meira upp úr notkun áreiðanlegra og réttmætra próftækja í iðjupjálfun. Þroskapróf Miller (Miller 1988a) kemur inn á marga þroskaþætti og gefur þannig viðtækar upplýsingar um þroska forskólabarna (tafla 1). MAPpið nýtur mikilla vinsælda í Bandaríkjunum og reyndar víða um lönd og mikið hefur verið ritað um það sem próftæki. Þrátt fyrir að prófinu sé ætlað að greina á milli heilbrigðra barna og barna með þroskavandamál, þá liggja nú fyrir rannsóknir er staðfesta réttmæti prófsins meðal ýmissa hópa fatlaðra. Þannig hefur dr. Miller (1988b) kannað gildi prófsins meðal barna með margvísleg þroskafrávik. Einnig liggja fyrir endurteknar niðurstöður frá Kanada, þar sem

fram koma mismunandi en mjög ákveðin þroskamynstur á prófinu hjá ólíkum hópum fatlaðra barna (Daniels & Collier, 1990).

Könnun heimilda leiðir í ljós að talsverður munur er á færni barna á ólíkum menningarsvæðum. Hugsanlegar ástæður geta verið þær að mismunandi menning fóstur ólíka eiginleika, félagslegar aðstæður geta skipt máli, sem og þjálfun. Einnig hefur aldur sitt að segja og oft er meiri munur meðal eldri barna á ólíkum menningarsvæðum en yngri. Af þessum sökum getur verið varhugavert að nota viðmið frá öðrum löndum, þar eð það gefur ekki rétta mynd af þroska viðkomandi barns miðað við samlanda.

Tafla 1

Uppbygging á Þroskaprófi Miller

Hæfnipættir	Hæfnikvarði	Fjöldi prófpátta í kvarða
Skynjun og hreyfingar:	Grunnpættir hreyfinga og skynjunar	10
	Samhæfing hreyfinga og skynjunar	7
Vitrænir pættir:	Málpættir	4
	Sjónrænir pættir o.fl.	5
Samspil ólíkra þátta:	Samsettir pættir	4

Nú þegar liggja fyrir niðurstöður samanburðarrannsóknna á þroskaprófi Miller frá Japan og Ísrael. Í Japan var prófið staðlað upp á nýtt og útbúin japönsk útgáfa, JMAP (Tsuchida, 1992). Einnig var gerð samanburðarrannsókn á nokkrum prófpáttum. Þar kom í ljós að japönsku börnin stóðu sig betur en þau bandarísku á ýmsum fínhreyfipáttum, sem og þar sem reynir á sjón-hreyfistjórn. Í Ísrael fór fram rannsókn ekki ósvipuð þeirri sem hér er fjallað um, en aðeins á aldursþópum II og VI (Schneider, Parusch, Katz & Miller). Niðurstaðan þar var sú að í heildina væri lítill munur á frammistöðu ísraelskra barna og bandarískra, en þó munaði talsverðu varðandi einstaka prófpætti. Grunnpættir hreyfinga og skynjunar komu t.d. mun út hjá yngstu börnunum í Ísrael heldur en hjá jafnöldrum þeirra í Bandaríkjunum.

Markmið þessarar rannsóknar var að ákvarða hvort það er merkjanlegur munur á frammistöðu íslenskra barna og bandarískra á einstökum prófpáttum á þroskaprófi Miller.

ADFERÐ

Merkjanlegur munur

Þar sem það er skilgreint hlutverk prófsins að greina börn með þroskafrávik, þá dreifast prófatriði þannig að mikið er af léttum atriðum sem greina milli barna með smávægileg, meðal- eða alvarleg vandamál. Hins vegar greinir prófið ekki eins nákvæmt upp á við og á mörgum prófpáttum þá greinir besta mögulega frammistaða aðeins meðalgetu. Niðurstöður eru birtar sem hundraðsröð (percentile). Stuðst er við litaflokkun til aðgreiningar. Rauður litur táknar 1.–5. hundraðsröð, gulur táknar 6.–25. hundraðsröð og grænn táknar 26. hundraðsröð og ofar (tafla 2). Ef frammistaða barns samsvarar rauðu svæði, þá er það mun meira afgerandi heldur en ef um gult svæði væri að ræða og hefur að auki meiri áhrif á heildarútkomu úr prófinu. Í þessari rannsókn var því lagt meira upp úr mismun innan lægsta stigahópsins og það, hvernig prófið greinir íslensk börn og bandarísk í áhættuhópa, notað til aðgreiningar. Niðurstaða á rauðu svæði vóg tvöfalt á við gult svæði þegar frammi-

Tafla 2

Skilgreining á litaflokkun til aðgreiningar á frammistöðu barna á MAP

Rauður litur:	Heildarframmistaða barnsins er við 5. hundraðsröð eða neðar. Mælt er með frekari prófunum til staðfestingar á þroskafrávikum.
Gulur litur:	Heildarframmistaða barnsins er á milli 6. og 25. hundraðsraðar. Það ber að fylgjast vel með hugsanlegum þroskafrávikum.
Grænn litur:	Heildarframmistaða barnsins er við 26. hundraðsröð eða ofar og telst innan eðlilegra marka.

staða beggja hópa var borin saman. Samanburðurinn miðaðist við hve mörg prósent af íslenskum börnum greindust í áhættuhóp miðað við bandarísk börn. Ef prófið greindi meira en 10% íslenskra barna í áhættuhóp miðað við þau bandarísku, þá var það túlkað sem merkjanlegur munur.

Lýsing á íslenska samfélaginu

Á Íslandi búa u.þ.b. 260.000 manns og teljumst við tiltölulega einsleitur hópur ef litið er til uppruna, menningar, menntunar og lífsgæða. Um það bil 60% landsmanna búa á höfuðborgarsvæðinu og 80% af íslenskum forskólabörnum búa innan við 100 km radíus frá Reykjavík.

Úrtak

Úrtakið samanstóð af 90 börnum í þremur aldurshópum; 30 börn á aldrinum 3ja ára og 3ja mánaða – 3ja ára og 8 mánaða; 30 börn á aldrinum 4urra ára og 3ja mánaða – 4urra ára og 8 mánaða; og 30 börn á aldrinum 5 ára og 3ja mánaða – 5 ára og 8 mánaða (tafla 3). Þetta eru þrír af þeim sex aldurshópum sem prófið tekur til. Aldur við prófun var ákvarðaður með því að hækka/lækka að næsta mánuði. Hagstofa Íslands valdi úrtakið af handahófi og var tekið tillit til aldurs og kyns barnanna og stærðar bæjarfélags. Af hagkvæmnisástæðum var búseta takmörkuð við Mosfellsbæ, Reykjavík, Sel-tjarnarnes, Kópavog, Garðabæ, Hafnarfjörð og Álftanes.

Tafla 3

Aldur við prófun

Aldurshópur	Aldursbil	Miðgildi
II	3:3–3:8	3:6
IV	4:3–4:8	4:6
VI	5:3–5:8	5:6

Haft var samband við foreldra þeirra barna er fram komu á lista hagstofunnar, þeim var sagt frá rannsókninni og beðið um samþykki fyrir þátttöku. Þeir sem samþykktu fengu send gögn; bréf er sagði nánar frá rannsókninni, formlegt samþykki, spurningalista um þroskasögu barnsins og upplýsingar um menntun og störf foreldra. Börn með staðfest þroskafrávik, s.s. líkamlega eða andlega fötlun voru ekki tekin með. Einnig voru útilok-uð börn sem töluðu ekki íslensku sem sitt móðurmál. Af þessum sökum féllu örfá börn úr upprunalega úrtakinu. Ef foreldri veitti ekki samþykki fyrir þátttöku, þá var nafn barnsins tekið út af listanum og næsta barn tekið í staðinn. Þess er vert að geta að aðeins í örfáum tilvikum neituðu foreldrar þátttöku. Brottfall úr úrtakinu var því með allra minnsta móti og ekkert benti til þess að það væri kerfisbundið.

Einnig var haft samband við skipuleggjendur dagvistarþjónustu á höfuðborgarsvæðinu og gáfu þeir samþykki sitt fyrir því að það mætti prófa börnin á leikskólum þeirra, ef foreldrar óskuðu sérstaklega eftir því.

Prófendur

Auk undirritaðrar tók Hlín Guðjónsdóttir iðjuþjálfari þátt í að prófa börnin. Við höfðum báðar umtalsverða reynslu í þjálfun og prófun barna og þekkjum auk þess MAPpið vel. Við reyndum eftir megni að samræma vinnubrögð okkar, fórum yfir nákvæmar lýsingar í handbók og horfðum saman á myndband af fyrirlögn. Einnig fylltum við út áreiðanleikalista sem tekur á ýmsum atriðum er tengjast fyrirlögn. Samkvæmt þeim lista var 97% samræmi í fyrirlögn og fyrirgjöf

hjá okkur.

Íslensk þýðing

Þegar ári 1988 þýddi ég málþætti prófsins í samvinnu við Sigríði Pétursdóttur talmeinafræðing. Til undirbúnings þessari rannsókn var gert "blind-back review". Íslensku þýðingunni var snarað aftur yfir á ensku af íslenskufraeðingi sem einnig er þýðandi, upprunalegi textinn borinn saman við þýðinguna og lagfæringar gerðar.

Fyrirlögn prófsins

Prófun fór fram á 3ja vikna tímabili (18. ágúst – 5. september, 1993). Börnin voru ýmist prófuð á Greiningarstöð eða á leikskólum sínum. Próftími með hverju barni var yfirleitt í kringum 45 mínútur og að honum loknum ræddum við niðurstöður við foreldra og fylltum út viðbótarupplýsingar varðandi hegðun.

Rannsóknarsnið

Aðferðum lýsandi tölfræði var beitt við samanburð á íslenska úrtakinu og bandaríska stöðlunarúrtakinu. Frummælitölur (raw scores) voru yfirfærðar í hundraðsröð til að hægt væri að bera saman frammistöðu íslensku barnanna og þeirra bandarísku. Til að kanna samsetningu úrtaks var gerður samanburður við könnun Stefáns Ólafssonar frá 1989. Einnig fór fram samanburður við bandaríska stöðlunarúrtakið.

NIÐURSTÖÐUR

Samanburður á úrtaki leiddi í ljós að heldur fleiri foreldrar í þessari könnun voru í stjórnunarstörfum og minna var um verkafólk heldur en í könnun Stefáns Ólafssonar frá 1988 sem oft er höfð til

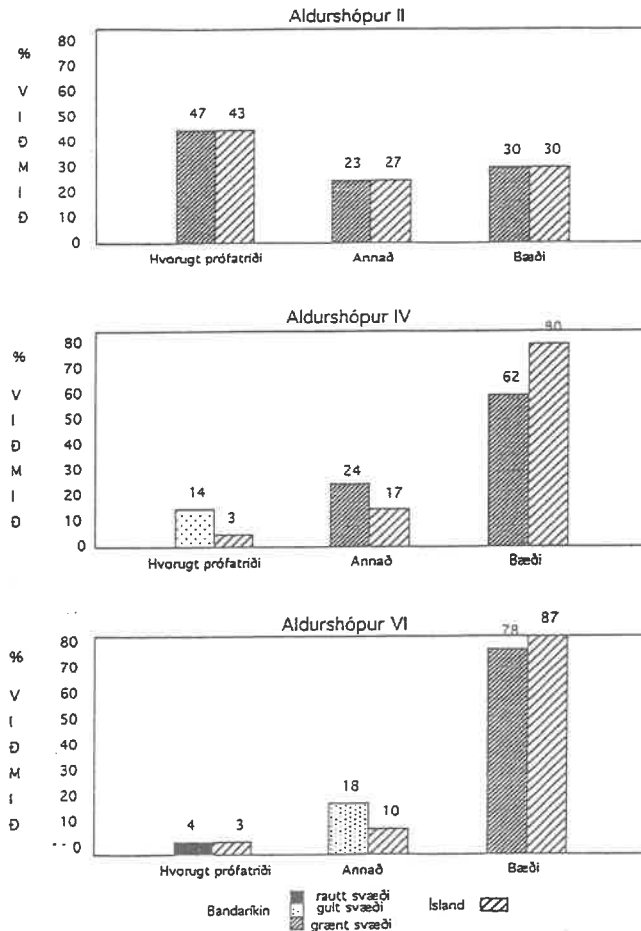
viðmiðunar. Hins vegar virðist sem foreldrarnir í bandaríska stöðlunarhópnum séu úr hærri stigum þjóðfélagsins heldur en foreldrar íslensku barnanna í þessari rannsókn. Þess ber þó að geta að í MAP handbókinni er einungis gefin upp menntun og starf fyrir annað foreldrið, þ.e. "höfuð fjölskyldunnar".

Ein helsta niðurstaðan í þessari rannsókn var sú að minni dreifing var á frammistöðu íslensku barnanna innbyrðis heldur en þeirri bandarísku. Þetta þýðir að íslensku börnin fengu lítið af lægstu hugs-

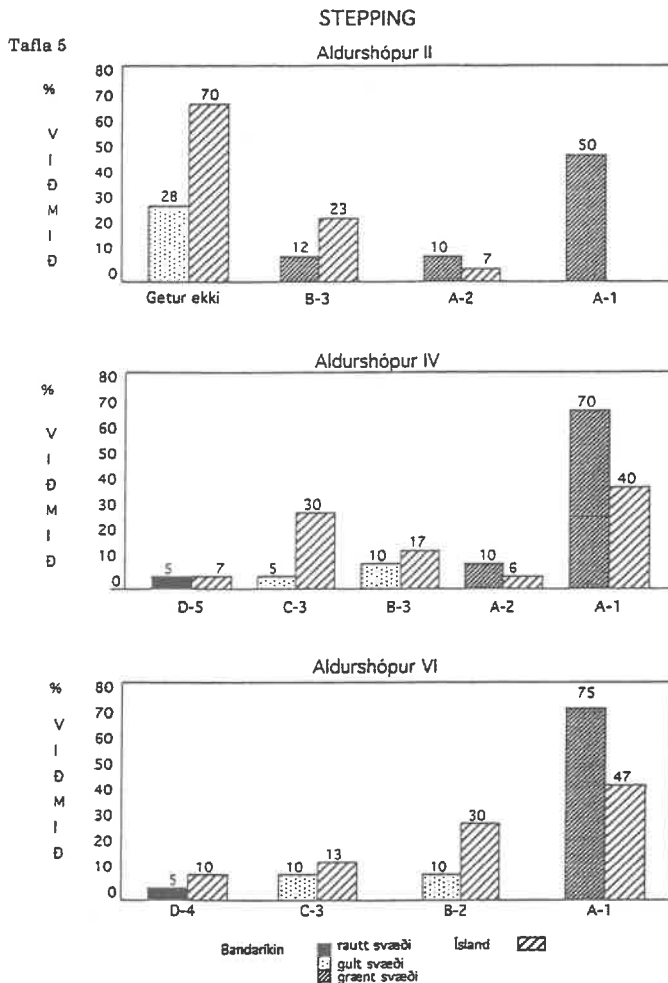
anlegu frummælitölum, en einnig voru fá þeirra sem stóðu sig afburðavel. Þetta hefur veruleg áhrif á niðurstöðu rannsóknarinnar, þar sem aðaláherslan er á dreifingu á meðal lægstu frummælitalna og meðaltal skiptir ekki máli. Útbúin voru súlurit fyrir hvern hinna 27 prófpátta til að auðvelda samanburð á frammistöðu íslensku barnanna og þeirra bandarísku og var stuðst við litagreininguna hjá bandarísku börnunum. Á töflum 4 og 5 má sjá samanburð á færni íslensku barnanna og þeirra bandarísku á tveimur prófpáttum.

Tafla 4

BLOCK TAPPING



Textinn fyrir neðan súluritun gefur til kynna innri viðmið fyrir prófpáttinn



Textinn fyrir neðan süluritun gefur til kynna innri viðmið fyrir prófpáttinn

Einnig voru gerð línurit til að fá fram nákvæma hundraðshlutaröðun fyrir íslensku börnin á hverjum prófpætti. Það er í raun nákvæmari útfærsla á süluritunum og auðveldar samanburð enn frekar því þarna má sjá nákvæmlega hve mörg börn stóðust hvert prófatríði.

Rannsóknarspurningin var: Er merkjanlegur munur milli íslenskra barna og bandarískra á einstökum prófpáttum á

proskaprófi Miller. Niðurstöður rannsóknarinnar gefa til kynna að það sé merkjanlegur munur milli þessara tveggja úrtaka á fjölmörgum prófpáttum. Hjá aldurshópi II reyndist munur á 10 af 27 prófpáttum (tafla 6). Í aldurshópi IV var munur á 14 af 27 prófpáttum (tafla 7). Í aldurshópi VI var munur á 15 af 27 prófpáttum (tafla 8). Tafla 9 sýnir samanburð á frammistöðu íslensku og bandarísku barnanna í aldurshópunum þremur.

Tafla 6

Samanburður á frammistöðu íslenska úrtaksins og bandaríska stöðlunarúrtaksins í aldurshópi II

	Grunnpættir hreyfinga og skynjunar	Samhæfing hreyfinga og skynjunar	Málpættir	Sjónrænir þættir	Samsettir þættir
Tower		XI			
Sequencing				0	
Block Designs					X US
Block Tapping				0	
Stereognosis	0				
Finger Localization	0				
Object Memory				0	
Puzzles				0	
Figure-Ground				0	
Draw A Person					X I
Motor Accuracy		0			
Vertical Writing	X US	X US			
Hand to Nose	X US				
Romberg	X US				
Stepping	X US				
Walks Line	0	0			
Supine Flexion	0				
Kneel-Stand	0				
Imitation of Postures					0
Tongue Movements		X I			
Rapid Alt. Movements	X I	X I			
Maze					0
General Information			0		
Follow Directions			0		
Articulation		0			
Sentence Repetition			X I		
Digit Repetition			0		

Ath. Óverulegur munur = 0, frammistaða íslenska úrtaksins betri = X I, frammistaða bandaríska úrtaksins betri = X US

Tafla 7

Samanburður á frammistöðu íslenska úrtaksins og bandaríska stöðlunarúrtaksins í aldurshópi IV

	Grunnþættir hreyfinga og skynjunar	Samhæfing hreyfinga og skynjunar	Málþættir	Sjónrænir þættir	Samsettir þættir
Tower		0			
Sequencing				X I	
Block Designs					X US
Block Tapping				X I	
Stereognosis	0				
Finger Localization	X I				
Object Memory				0	
Puzzles				0	
Figure-Ground				0	
Draw A Person					X I
Motor Accuracy		X I			
Vertical Writing	X US	X US			
Hand to Nose	0				
Romberg	0				
Stepping	X US				
Walks Line	X I	X I			
Supine Flexion	X I				
Kneel-Stand	0				
Imitation of Postures					X I
Tongue Movements		0			
Rapid Alt. Movements	X I	X I			
Maze					X I
General Information			0		
Follow Directions			X US		
Articulation		0			
Sentence Repetition			0		
Digit Repetition			0		

Ath. Óverulegur munur = 0, frammistaða íslenska úrtaksins betri = X I, frammistaða bandaríska úrtaksins betri = X US

Tafla 8

Samanburður á frammistöðu íslenska úrtaksins og bandaríska stöðlunarúrtaksins í aldurshópi VI

	Grunnpættir hreyfinga og skynjunar	Samhæfing hreyfinga og skynjunar	Málpættir	Sjónrænir þættir	Samsettir þættir
Tower		0			
Sequencing				X I	
Block Designs					X US
Block Tapping				X I	
Stereognosis	X I				
Finger Localization	X I				
Object Memory				0	
Puzzles				X I	
Figure-Ground				0	
Draw A Person					0
Motor Accuracy		X US			
Vertical Writing	0	0			
Hand to Nose	X I				
Romberg	0				
Stepping	X US				
Walks Line	X US	X US			
Supine Flexion	X I				
Kneel-Stand	0				
Imitation of Postures					0
Tongue Movements		X I			
Rapid Alt. Movements	X I	X I			
Maze					0
General Information			X I		
Follow Directions			0		
Articulation		0			
Sentence Repetition			X I		
Digit Repetition			0		

Ath. Óverulegur munur = 0, frammistaða íslenska úrtaksins betri = X I, frammistaða bandaríska úrtaksins betri = X US

Tafla 9

Samanburður á frammistöðu íslenska úrtaksins og bandaríska stöðlunarúrtaksins í þremur aldurshópum

Tower	X I	0	0
Sequencing	0	X I	X I
Block Designs	X US	X US	X US
Block Tapping	0	X I	X I
Stereognosis	0	0	X I
Finger Localization	0	X I	X I
Object Memory	0	0	0
Puzzles	0	0	X I
Figure-Ground	0	0	0
Draw A Person	X I	X I	0
Motor Accuracy	0	X I	X US
Vertical Writing	X US	X US	0
Hand to Nose	X US	0	X I
Romberg	X US	0	0
Stepping	X US	X US	X US
Walks Line	0	X I	X US
Supine Flexion	0	X I	X I
Kneel-Stand	0	0	0
Imitation of Postures	0	X I	0
Tongue Movements	X I	0	X I
Rapid Alt. Movements	X I	X I	X I
Maze	0	X I	0
General Information	0	0	X I
Follow Directions	0	X US	0
Articulation	0	0	0
Sentence Repetition	X I	0	X I
Digit Repetition	0	0	0

Ath. Óverulegur munur = 0, frammistaða íslenska úrtaksins betri = X I, frammistaða bandaríska úrtaksins betri = X US

Á þremur prófpáttum, *Block Designs*, *Stepping* og *Rapid Alternating Movements*, var mismun að finna hjá öllum aldurshópum. Á 19 prófpáttum var munur í einum eða tveimur aldurshópum. Enginn munur var á milli íslensku og bandarísku barnanna á fimm prófpáttum, *Object Memory*, *Figure-Ground*, *Kneel-Stand*, *Articulation* and *Digit Repetition*. Í heildina var meiri munur á milli eldri barnanna en þeirra yngri og skýrist það að hluta til af því að minni kröfur eru gerðar til yngstu barnanna og á fjórum prófpáttum eru hvorki gul eða rauð svæði í aldurshópi II. Á flestum þeim prófpáttum þar sem kom fram munur, þá stóðu íslensku börnin sig betur þegar miðað er við fjölda barna á rauðu eða gulu svæði, þ.e. hvernig prófið greindi íslensk börn og bandarísk í áhættuhópa. Þetta var þó ekki einhlítt. Niðurstaðan er því sú að það er merkjanlegur munur á frammistöðu íslenskra barna og bandarískra á þroska-prófi Miller í þessum þremur aldurshópum.

UMRÆÐA

Minni dreifingu á frummælitölum má hugsanlega skýra sem afleiðingu af minna úrtaki. Það eitt sér er þó vart sennileg skýring og öllu líklegra að sú staðreynd að Íslendingar eru einsleitari hópur en Bandaríkjamenn hafi þarna áhrif. Sá mismunur sem fram kom dreifðist nokkuð jafnt á milli hinna fimm flokka prófsins. Á sumum prófpáttum í flokki stóðu íslensku börnin sig betur, en þau bandarísku á öðrum. Undantekning á þessu eru sjónræn atriði og önnur er flokkast undir vitræna starfsemi. Þarna var frammistaða íslensku barnanna í heildina heldur betri

en hinna bandarísku. Verulegur munur kom einnig fram hjá yngstu börnunum á grunnþáttum hreyfinga og skynjunar og þar stóðu íslensku börnin sig oft ver en hin bandarísku.

Íslensku börnin áttu sérlega erfitt með þá prófpætti þar sem þau þurftu að hafa augun lokað og þar sem reyndi á hraða og nákvæmni í hreyfingum. Einnig áttu þau erfitt með að halda stöðu meðan þau gengu í sömu sporum eða skrifuðu. Mesti munurinn milli hópanna tveggja kom fram á prófpættinum *Stepping* (tafla 5), þar sem bandarísku börnin stóðu sig mun betur. Mörg íslensku barnanna í yngsta aldurshópnum gátu ekki gengið í sömu sporum og haldið augunum lokaðum í 20 sekúndur, eins og krafist er og hið sama átti reyndar við um sum eldri barnanna. Sama tilhneiging kom ekki endilega fram í öllum aldurshópum. Á einstaka prófpáttum var frammistaða íslensku og bandarísku barnanna svipuð í einum eða tveimur aldurshópum, en merkjanlegur munur kom fram hjá öðrum aldurshópum. Á prófpættinum *Follow Directions* var frammistaða íslensku barnanna og bandarísku svipuð hjá aldurshópi II og VI, en merkjanlegur munur kom fram í aldurshópi IV, þar sem bandarísku börnin stóðu sig mun betur en þau íslensku. Athugun á íslensku þýðingunni á þessum prófpætti, þar sem reynir á að fylgja fyrirmælum, gaf ekkert til kynna sem skýrt gæti þessa niðurstöðu. Þess ber að geta að verkefni á þroska-prófi Miller eru ekki alltaf hin sömu fyrir alla aldurshópa. Sem dæmi má nefna að hópur II tekst á við önnur atriði en hópur VI. Það kann því að vera að þyngdarröðun og réttmæti atriða sé ekki hið sama fyrir alla aldurshópa, sérstaklega utan Bandaríkj-

anna. Á öðrum prófþáttum mállega hlutans kom ekki fram neitt sem bendir til þess að íslensku þýðingunni sé ábótavant og það var síst meiri munur á milli hóp-anna tveggja á málþáttunum en öðrum prófþáttum.

Það var tilfinning okkar prófenda að íslensku börnin stæðu sig ekki nægjanlega vel þegar reyndi á aga og að þau gæfu sér oft ekki tíma til að hlusta á fyrirmæli eða fylgja settum reglum. Á það jafnt við um einstaka málþætti sem og flókin hreyfiatriði. Ef litið er á þá prófþætti sem íslensku börnin stóðu sig ver í en þau bandarísku, þá eiga þeir það sameiginlegt að athygli og ögunar er krafist.

Í dag eru fjölmörg lönd að gera rannsóknir á þroskaprófi Miller. Samanburður er þó erfiður vegna ólíkra rannsóknaraðferða og einnig er mismunandi hvernig niðurstöður eru túlkaðar. Sumir prófþættir MAP meta sérstaklega þroska miðtaugakerfisins og þá helst grunnþættir hreyfinga og skynjunar. Aðrir prófþættir tengjast frekar lærðri hegðun. Það væri áhugavert að rannsaka hvort mismunur virðist frekar vera af erfðafræðilegum toga, eða hvort hann megi túlka út frá menningarlegum aðstæðum.

Það er margt í mínum niðurstöðum sem svipar til niðurstöðu ísraelsku rannsóknarinnar. Það virðist sem ísraelsku börnin hafi átt erfitt með nokkra þá sömu prófþætti og íslensku börnin hér heima (*Stepping, Vertical Writing* og *Walks Line*). Þetta er þó ekki algilt og eins og áður sagði þá tók ísraelska rannsóknin aðeins til tveggja aldurshópa. Í þeirri rannsókn sem fram fór í Japan var aðeins gerður samanburður á 9 prófþáttum. Það virðist þó sem þeirra niðurstöður séu ólíkari.

Til umhugsunar

Þessi rannsókn gefur okkur góð viðmið í starfi, auðveldar túlkun á nokkrum prófþáttum og gefur til kynna að einstaka niðurstöðum á þroskaprófi Miller ber að taka með fyrirvara. Það ber þó að ítreka að viðmið rannsóknarinnar eru ákaflega þröng. Þrátt fyrir að merkjanlegur munur sjáist víða, þá er aðeins í örfáum tilvikum sem það skiptir máli í klínísku starfi, sérstaklega þegar smæð úrtaksins er höfð í huga.

Til að kanna nánar réttmæti og áreiðanleika prófsins hér á landi þarf að fara fram samanburður við önnur þroskapróf og nánari athugun á þeim gögnum sem nú liggja fyrir. Með stærra úrtaki má rannsaka hvort þáttauppbygging prófsins sé hin sama á Íslandi og í Bandaríkjunum. Þá bera að athuga innihaldsréttmæti prófsins (content validity), að hvaða marki prófatriði á MAPpinu taka til þeirra þátta sem þeim er ætlað að rannsaka, sérstaklega út frá spurningunni um aga. Með samanburði við önnur próftæki má fá upplýsingar um samtímaréttmæti (concurrent validity) prófsins, til að greina það sem sameiginlegt er jafnt sem sérkenni. Þar eð prófinu er upphaflega ætlað að greina fyrir um námserfiðleika er mikilvægt að fá upplýsingar um forspárréttmæti (predictive validity) prófsins um námsörðugleika íslenskra forskólabarna. Þá þyrfti að kanna betur réttmæti litasvæðanna, þ.e. 5% og 25% viðmiðunargildanna fyrir íslensk forskólabörn. Að auki væri áhugavert að rannsaka prófið meðal íslenskra barna með þroskafrávik og bera niðurstöður saman við svipaðar rannsóknir frá Bandaríkjunum og Kanada.

Þess ber að geta að dr. Miller ráðgerir að staðla MAPpið upp á nýtt í Bandaríkjunum í nánustu framtíð. Í nýju útgáfunni verða vimiðin birt sem staðalskor. Þetta mun auðvelda heildrænni samannburð milli landa, sem og rannsóknir á tæknilegri nákvæmni prófsins.

Heimildir

Daniels, L.E., & Bressler, S. (1990). The Miller Assessment for Preschoolers: Clinical use with children with developmental delays. *American Journal of Occupational Therapy*, 44, 48-53.

Miller, L.J. (1988a, 1982). *The Miller Assessment for Preschoolers (MAP)*. San Antonio, TX: The Psychological Corporation.

Miller, L.J. (1988b, 1982). *The Miller Assessment for Preschoolers: Seminar administration & interpretation*. San Antonio, TX: The Psychological Corporation.

Schneider, E., Parush, S., Katz, N., & Miller, L.J. (1995). *Performance of Israeli versus U.S. Preschool Children on the Miller Assessment for Preschoolers*.

Stefán Ólafsson (1989). *Kjör Íslendinga í árslok 1988*. Háskóli Íslands, Félagsvísindastofnun.

Tsuchida, R. (1992). Performance of Japanese children on the Japanese version of the Miller Assessment for Preschoolers. *Symposium '92 Proceedings: Current Topics in Sensory Integration*. Torrance, CA: Sensory Integration International.



Tímamantanir í síma 91-652885



STOÐ hf. er alhliða stoðtækjafyrirtæki og leggur áherslu á persónulega þjónustu.

STOÐ hf. er öflugasta stoðtækjafyrirtæki landsins. Innan fyrirtækisins er besta fánleg þekking og kunnátta á öllum sviðum stoðtækja og hjálpartækja og tækjabúnaður er hinn fullkomnasti.

STOÐ hf. smíðar gervilimi, sjúkraskó, innlegg o.fl. í samráði við lækna og sjúkra- og iðjuþjálfra.

Einnig eru stöðluð stoðtæki og hjálpartæki, svo sem stoðbelti, umbúðir, hálskragar, hjólastólar og gervibrjóst, aðlöguð að þörfum viðskiptavina.

STOÐ hf. er óháð framleiðendum og notar bæði innlendan og erlendan búnað eftir því sem best hentar hverjum og einum.

Hjá STOÐ hf. hafa gæðin forgang. Til að bæta gæðin og þjónustuna leggur fyrirtækið áherslu á frumkvæði, ábyrgð og jákvætt umhverfi þar sem bæði starfsmönnum og viðskiptavinum líður vel.



Trönuhrauni 8 Pósthólf 409 222 Hafnarfjörður Sími 91-652885 Bréfsími 91-651423

Sylviane Pétursson Lecoultre iðjupjálfi

IÐJUPJÁLFUN GEÐDEILD LSP. V/KLEPP 1988–1995

Haustið 1988 tóku greinarhöfundur og Bára Sigurðardóttir að sér að reka starfsemi iðjupjálfunar geðdeildar Lsp. við Klepp. Við höfðum báðar starfað sem iðjupjálfar við Eiríksgötuna. Jóna Kristófersdóttir, fyrsti íslenski iðjupjálfinn á Íslandi, hafði rekið staðinn en var hætt vegna aldurs. Borghild Edvald leirkera-smiður og kennari hafði séð um reksturinn frá 1986 til haustsins 1988. Þungamiðja starfseminnar voru ýmis tómtundatílboð sem hugsuð voru sem afþreying fyrir sjúklingana. Meirihluti þeirra voru innlagnir á langdvaladeild.

Þau markmið sem við settum okkur fyrsta árið voru í stuttu máli þessi:

- að kynnast þeim sjúklingum sem stunduðu iðjupjálfunina,
- að gera úttekt á hvaða getu þeir hefðu og hvort þeirri getu væri mætt,
- að ná samvinnu við þær deildir sem sjúklingarnir kæmu frá,
- að gera komu okkar sýnilega með nýjum úrræðum.

Þær deildir sem iðjupjálfunin tengdist voru móttökudeildir, langdvaladeildir, endurhæfingardeild, göngudeild, dagdeild, Bergiðjan og saumastofan. Miklar væntingar voru til okkar aðallega hvað varðar aukið samstarf við dagdeild og Bergiðju.

Í byrjun var boðið upp á:

- starfsmat/starfsþjálfun og var leðurvinna notuð í þeim tilgangi,
- útrás fyrir skapandi þarfir og unnið með dúkristun,
- sjálfsbjargarmat/þjálfun í formi eldhústíma.

Þessi nýbreytni fór fram á 1. hæðinni, en eldri starfsemin hélt áfram á jarðhæðinni.

Flestir skjólstæðinganna voru karlmenn sem voru búnir að vera lengi veikir og margir þurftu á langtímaendurhæfingu að halda. Flestir höfðu reynt að vinna á vernduðum vinnustöðum, en höfðu gefist upp. Annað hvort náðu þeir ekki að standast lágmarkskröfur þar t.d. hvað varðaði verklagni og/eða úthald, eða voru búnir með úthlutaðan tíma eins og í Múlalundi. Starfshæfni og sjálfsbjargargeta lágu ljós fyrir hjá þessum einstaklingum. Suma var hægt að ná betri árangri með, með þjálfun yfir langan tíma, en sameiginlegt með þeim flestum var að þeir þurftu aukið innihald í tilveru sína.

Hluti af erfðleikum þessa sjúklingahóps er að geta ekki búið til ramma í kringum líf sitt sem fullnægir grunnþörfum svo sem:

- að vera í ákveðnum hlutverkum t.d. það að vera í vinnu,

- að eiga félag,
- að fá að njóta hæfileika sinna.

Eitt af verkefnum iðjupjálfunarinnar var því að koma með tilboð, sem kæmu á móts við þessar þarfir.

Því var farið að bjóða upp á verkefni sem tengdust vinnuhlutverkinu sem voru einföld, afmörkuð og sjúklingarnir fengu laun fyrir. Það skipti ekki máli hvort þeir gátu aðeins unnið í 15 mínútur eða voru óreglulegir í mætingu. Þessir menn höfðu ekki náð árangri með stífum kröfum og var reynt að koma á móts við getu þeirra í það og það skiptið. Fengin voru alls konar verkefni utan úr bæ, þökkunar- og röðunarverkefni, og gripið var í leðurverkefni eða kortagerð ef ekki voru næg verkefni að utan. Til að koma á móts við félagslegar þarfir buðum við upp á tómstundir t.d. leir, myndlist, videóklúbb o.fl. Einnig fórum við mikið út fyrir staðinn, t.d. í þróttir, sund, á kaffihús, gönguferðir, heimsóknir í ýmis fyrirtæki o.fl.

Við þessar áherslubreytingar urðu talsverðar breytingar á þeim hópi einstaklinga sem nýttu sér tilboð okkar. Þeir sjúklingar sem áður voru "sendir" hingað ýmist hættu alveg að mæta eða héldu áfram að koma að eigin frumkvæði. Margir sem ekki höfðu áður verið í iðjupjálfun komu í kynningarviðtal, sem oft varð til þess að viðkomandi einstaklingar tengdust staðnum. Þeir sjúklingar sem í dag stunda iðjupjálfun koma frá fyrrnefndum stöðum hér á Kleppi eða þá að þeir búa í vernduðu húsnæði/sambýlum, í foreldrahúsum eða í eigin húsnæði.

Á árinu 1994 voru 63 sjúklingar að meðaltali hvern mánuð í iðjupjálfun. Stærsti hlutinn eru karlmenn með sjúkdómsgrein-

inguna geðklofi, síðan eru sjúklingar með affektíva sjúkdóma og svo er hópur sem er með geðsjúkdóma ásamt því að vera með önnur vandamál s.s. áfengissjúkdóm eða eru þroskaheftir. Minnsti hópurinn er fólk sem leggst inn á geðdeild í styttri tíma, en getur notfært sér ýmiss tilboð til að ná fljótar t.d. raunveruleikatengslum með virkni og þátttöku í ýmsum tilboðum.

Markmið með iðjupjálfun fyrir utan það sem ég nefndi áður að búa til ramma og fá innihald í tilveruna, er hin hefðbundna iðjupjálfun þ.e.a.s. mat/þjálfun á starfsgetu-félagsetu og sjálfsbjargargetu. Vinnumat og þjálfun er gert fyrir Berg-iðjuna, Ráðningarskrifstofu Reykjavíkurborgar og starfsþjálfunarstaði s.s. Múlalund. Oft eru sjúklingar að biða eftir öðrum úrræðum og nota biðtímann í iðjupjálfun til að njóta samskipta og viðhalda virkni. Sumir eru á dagdeild eða í Bergiðjunni að hluta og sækja ákveðin tilboð í iðjupjálfun.

Eftir tæp sjö ár er starfsemi iðjupjálfunar komin í ágætis farveg. Starfsemin er þó sífellt í endurskoðun og með nýjum iðjupjálfum koma nýjar hugmyndir og breyttar áherslur. Í dag tengjast iðjupjálfar móttökudeildunum, endurhæfingardeild og dagdeild. Iðjupjálfar mæta reglulega á morgunfundi deildanna og planfundi. Eins eru regluleg samskipti við endurhæfingarheimilið að Reynimel. Við aðrar deildir er sambandið aðallega í gegnum síma.

Í byrjun var mikil samvinna við Berg-iðjuna en sú samvinna hefur farið minnkandi. Aðalástæðan er ágreiningur um verkefnaval og áherslupætti í meðferðar-

vinnu með langtíma geðsjúkum. Samvinna við dagdeildina hefur verið samfelld frá 1988. Dagdeildin hefur verið að móta eigin stefnu og margar breytingar verið gerðar þar þessi 6 ár.

Mín skoðun er að Bergiðjan, dagdeildin og iðjupjálfunin eigi að vinna náið saman. Hver deild eigi að skilgreina sitt hlutverk og markmið. Deildirnar eigi í sameiningu að skapa eina heild en sé þó hver og ein með sértæk tilboð eða ákveðið ferli, sem t.d. gerir mismunandi kröfur. Þetta er og hefur verið í mótun en kannski er veiki hlekkurinn sá, að ekki er nóg að við sem vinnum á stöðunum vitum hvað við erum að gera. Markmiðin þurfa að vera það skýr að sjúklingar og starfsmenn sem hugsanlega gætu nýtt sér þjónustuna viti hvað stendur til boða. Einnig hefur það valdið mér vonbrigðum að sú endurhæfingarvinna sem fer hér fram skilar sér lítið út í þjóðfélagið t.d. hvað varðar atvinnumál og félagsmál. Það eru allt of margir sjúklingar sem hafa lagt mikið á sig og standa sig vel en lítil úrræði eru fyrir hendi nema innan sjúkrahússins. Þeir festast því í sjúklingahlutverkinu.

Frá því að ég hóf störf hér, hafa komið lengri og skemmri tímabil þar sem ekki

hafa verið aðrir iðjupjálfar. Þennan tíma hef ég haft stabílt aðstoðarfólk sem hefur mikla reynslu. Þetta dugmikla starfsfólk hefur sérþekkingu á ákveðnum sviðum og staðið sig afbragðsvel undir miklu álagi og ábyrgð. Í dag eru starfandi þrír iðjupjálfar og fjórir aðstoðarmenn.

Ég tel að sá grunnur sem ég fékk á geðdeild Lsp. við Eiríksgötu hafi verið afar nauðsynlegur til að takast á við þetta verkefni; að breyta ímynd iðjupjálfunar við Klepp. Ég hef séð mikinn árangur á þessum árum og samvinnan við iðjupjálfunina á Eiríksgötu verið gefandi. Við reynum að vinna að sama marki, en höfum mismunandi tilboð og fjölbreytileika. Það hefur oft verið erfitt að fá sjúklinga til að flytja frá Eiríksgötunni yfir á Klepp og eru það gamlir fordómar sem enn stjórna miklu. Það tekst hins vegar oft og oft að fá sjúklinga hingað, sem þurfa á okkar sértæku úrræðum að halda. Þakka ég það góðri samvinnu á milli staðanna og það að iðjupjálfar hafa unnið að ýmsum sameiginlegum verkefnum. Þessi samvinna felst m.a. í því að t.d. er boðið upp á ákveðin sameiginleg meðferðarúrræði, eins og tjáskiptahópa og skynheildunarhópa.

Iðjupjálfi skrifar:

"ÁREITNI"

Lítill saga um iðjupjálfa sem varð fyrir þráhyggju sjúklings

Skiljanlega get ég ekki farið út í sögu hans - en get þó sagt að líf hans hafði breyst mikið eftir heilaskaða. Hann hafði ekki getað unnið úr mörgum tilfinningum og var m.a. með hjálp meðferðaraðila að koma reglu á þær.

Í iðjupjálfun unnum við með ADL-þjálfun, aðallega í eldhúsi, auk verkefnavinnu sem kröfðust m.a. skipulagningar, verkgetu og úthalds.

Ég náði vel til hans að mínu mati og hann ræddi ýmis mál við mig sem lágu þungt á honum en honum hafði veist erfitt að tjá sig um. Meðferð hans tók nokkuð langan tíma og hann kom til mín á hverjum degi í ½–1½ klst.

Eftir á að hyggja held ég að þessi þráhyggja hans hafi byrjað mun fyrr en ég áttaði mig á. Saklausar setningar eins og "það er svo gott að tala við þig, þú skilur mig svo vel" eða "ég hef ekki getað sagt þetta við neinn annan" urðu ekki til þess að ég skildi að hann væri í raun og veru að tala um mig sem persónu en ekki sem iðjupjálfa. Þegar hann svo fór að tala um okkur sem persónur sem ættu vel saman og að hann væri hrifinn af mér fór ég í vörn.

Um leið og ég skildi hvað var að gerast hafði ég samband við aðra meðferðaraðila og naut stuðnings þeirra iðjupjálfa sem ég vinn með. Í byrjun máttum við ástandið þannig að ekki væri ráðlegt að hann hætti í iðjupjálfun hjá mér eins og málin stóðu enda tel ég enn að hann hefði upplifað það sem enn eina höfnunina. Brugðið var á það ráð að læknir hans tók málið upp og ræddi við hann en í iðjupjálfun hætti ég stuðningssamtölum sem snertu hans persónulega líf. Í staðinn jók ég áhersluna á verklega þáttinn í meðferðinni.

Eftir útskrift gekk hann enn lengra með heimsóknum, símtölum, gjöfum og bréfum og hætti því ekki þrátt fyrir ítrekaðar tilraunir af minni hálfu að setja honum mörk. Málið var rætt á fundi á iðjupjálfunardeildinni og ákveðið var að hann fengi ekki leyfi til þess að tala við mig. Settar voru varúðarreglur eins og ef hringt er í mig verður að segja til nafns, ef hann kom þá var honum vísað frá og gjöfum og bréfum skilaði ég til læknis hans sem ennþá hafði hann í meðhöndlun. Einnig varð það að samkomulagi að ég léti lækni hans vita ef hann kæmi eða hringdi. Að lokum lét hann segjast eftir að yfirmaður minn talaði alvarlega við hann.

Þær tilfinningar sem komu upp hjá mér komu mér mjög á óvart. Ég hef ekki langa starfsreynslu og mér fannst ég vera glataður iðjupjálfi. Mín fyrstu viðbrögð voru að skoða hvar ég hefði gert mistök: T.d. var ég ófagleg í samtölum okkar? Snerti ég hann of mikið, þ.e. hendi lögð á öxl eða klapp á bakið? Brosti ég of mikið? Sýndi ég of miklar tilfinningar? Vorkenndi ég honum of mikið? Ég gat endalaust fundið upp spurningar. Mér fannst hann ráðast inn í mitt einkalíf og á einhvern hátt hlaut það að vera mér að kenna.

Í hvert skipti sem að hann reyndi að hafa samband við mig fékk ég sjokk. Ég varð hrædd við hann og óttaðist hverju hann kynni að taka upp á. Ég skammaðist mín fyrir að hafa komið mér í þessa aðstöðu og fannst óþægilegt að nú væri hluti af hans meðferð að gera honum grein fyrir að hann væri að yfirfæra tilfinningar á mig sem í raun ættu að fá útrás annars staðar. Að þurfa að ræða þessar tilfinningar hans til mín og úrlausnir á vanda málinu við samstarfsaðila var vont en um leið ótrúlega mikil hjálp.

Stuðningurinn sem að ég fékk var mjög góður og ég gat séð þegar við ræddum

saman að það væri ekki mér að kenna hvernig komið var, heldur væri hann ekki fær um að greina á milli trausts og annarra tilfinninga. En um leið og ég var ein kom efinn upp. Hvað með daginn sem ég klappaði honum á öxlina í viðurkenningsarskyni? Tók hann það sem kynferðislega nálgun?

Nú er nokkuð langur tími liðinn og ég hef sjálf styrkst mikið við þessa reynslu. Eins öfugsnúið og það hljómar þá hjálpaði þessi reynsla mér til þess að vera faglegri, til þess að greina betur á milli mín sem persónu og mín sem iðjupjálfa. Það var ótrúlega mikil hjálp að finna stuðning þeirra iðjupjálfa sem ég vinn með og ræða við þær um þær tilfinningar sem ég hef reynt að festa hér á blað.

Tilgangurinn með þessum skrifum mínum er sá að segja frá því hversu mikilvægt það er að leita hjálpar og ráða hjá samstarfsaðilum strax og meðferðaraðilanum er ljóst hvernig ástandið er. Það er einnig mikilvægur liður í meðferðinni að hjálpast að við að gera sjúklingnum grein fyrir hvaða tilfinningar hann ber í brjósti til meðferðaraðilanna og hjálpa viðkomandi að vinna úr þeim.

Kristjana Fengler iðjubálfi

SAMSKIPTANÁMSKEIÐ

Frétt til gamans

Á Reykjalundi var haldið samskiptanámskeið í janúarmánuði þetta ár, fyrir allt starfsfólk stofnunarinnar sem eru um 300 manns. Mættu sprenglærðir jafnt sem ófaglærðir, yfirmenn og undirmenn, fólk sem vinnur á sjúkrahússviði og í framleiðslueiningu. Að námskeiðinu stóðu 6 starfsmenn: 2 hjúkrunarfræðingar, 2 iðjubálfar, 1 læknir og sölustjóri.

Markmiðið með slíku námskeiði var að vekja fólk til umhugsunar um mátt framkomu, um það að hægt er að stjórna framkomu og kallaðist námskeiðið "*Viðmót skapar viðmót*". Hvatinn að námskeiðinu var hve stór hluti starfs okkar allra fer í samskipti, samskipti við samstarfsfólk, við skjólstæðinga okkar, við ættingja þeirra, við aðrar stofnanir og meðferðaraðila og mikið liggur við að þau fari fram á jákvæðan, skýran og helst uppbyggjandi hátt fyrir alla aðila. Námskeiðið var skipulagt þannig að fólk frá ólíkum deildum og ólíkum stéttum blandaðist. Á hverju námskeiði voru milli 20–30 manns og var það haldið 10 sinnum og skiptu skipuleggjendur með sér verkum þannig að tveir og tveir sáu um að leiðbeina og stjórna á hverju námskeiði. Námskeiðið var skipulagt þannig að eftir kynningu dagskrár fékk hver þátttakandi verkefni sem hann átti að gera einn og fyrir sjálfan sig. Verkefnið fjallaði um

viðhorf til framkomu og var tenging við myndband sem sýnt var á námskeiðinu. Myndbandið er sakamálamynd í anda Agöthu Cristie og sýnir m.a. hvernig framkoma leiðir af sér framkomu, hvernig við getum sjálf valið okkur framkomu og hvernig framkoma getur hindrað eða bætt samskipti. Þetta er skemmtileg bresk mynd með frægum leikurum og íslenskum texta og tekur sýning bandsins 20 mínútur. Flestir þekkja sjálfan sig eða samstarfsmenn í einhverjum persónum og atriðum myndarinnar. Að lokinni sýningu myndbandsins var hópvinna í 4 hópum og tengdust verkefnin sem hóparnir áttu að lýsa aðstæðum á stofnun líkri Reykjalundi. Þessi verkefnavinna gaf starfsfólki tækifæri til að spjalla saman og kynnast, fólki sem annars vinnur ekki saman í teymi eða saman á deild.

Um 70% alls starfsfólksins tók þátt í námskeiðinu sem er meira en búist var við. Þarna fékk hópur starfsfólks sem sjaldan kemst á námskeið tækifæri til þess. Svona námskeið gerir engin kraftaverk, auðvitað erum við enn blind gagnvart mörgu í eigin fari en það áminnir fólk og gefur því frekar "leyfi" til að taka á, og spjalla um samskiptavandamál, jafnvel með tilvísan í námskeiðið. Eins eykur það samkennd í hópnum.

Heilsukoddar

Höfum til sölu einstakan heilsukodda sem er hannaður til að veita góðan stuðning við háls. Með koddanum verður afstaða höfuðs, háls og líkama eðlileg og þú sefur betur. Heilsukoddinn er á mjög hagstæðu verði eða 2.900 kr.

Seljum einnig margar gerðir af stuðningsbeltum, spelkum, gelsessum og öðrum stoðtækjum.

Hringdu og fáðu nánir upplýsingar.

Hverfisgötu 105, 101 Reykjavík, sími 562 1460



Guðbjörg Linda Rafnsdóttir
deildarstjóri hjá Vinnueftirliti ríkisins

TÍMINN

einn helsti streituvaldur nútímans

Í vestrænum þjóðfélögum er streita meðal útbreiddustu atvinnusjúkdóma. Nýlegar rannsóknir sem gerðar hafa verið í löndum ESB benda til að annar hver launamaður þjáist af streitu. Þrátt fyrir að líta megi á streitu sem þjóðfélagslegt vandamál er vinnuumhverfi fólks mikill áhrifa-valdur hvað þetta varðar.

Lennart Levi prófessor við Karólínska sjúkrahúsið í Svíþjóð hefur fengist við rannsóknir á sambandi vinnuumhverfis og streitu. Hann útskýrir hátt hlutfall streitusjúkdóma með því að fjórðungur evrópskra verkamanna vinnur störf sem einkennast af stuttum síendurteknum hreyfingum og að þriðjungur þeirra hafi ekkert svigrúm til að hafa áhrif á framkvæmd vinnunnar. Þessir verkamenn vinna oft undir miklu álagi og skortir félagslegan stuðning frá vinnufélögum.

Þótt hægt sé að fyrirbyggja streituvalda í starfsumhverfi fólks er það mjög mismunandi hversu mikla streitu fólk þolir. Þættir utan starfsins geta til dæmis haft áhrif þar á.

Marianne Frankenhaeuser hefur með rannsóknum sínum borið saman magn streituhormónsins noradrenalíns og blóð-

þrýsting hjá yfirmönnum hjá Volvóverk-smiðjunum í Svíþjóð. Í ljós kom að yfir daginn var magn streituhormóna örlítið meira hjá konum en hjá körlum. Þegar vinnudeginum var um það bil að ljúka jókst munurinn verulega. Magn noradrenalíns minnkaði og blóðþrýstingurinn lækkaði hjá körlunum, meðan því var öfugt farið hjá konunum.

Samspil fjölskyldu og atvinnulífs

Ýmsar rannsóknir sem gerðar hafa verið á heilsu fólks benda til að streitueinkenna verði fremur vart hjá útivinnandi konum en hjá körlum. Prófessor Robert Karasek sem starfar við vinnuumhverfiseild háskólans í Massachussets er í hópi þeirra sem skýrir það með þeirri staðreynd að konur hafa yfirleitt síður áhrif á framkvæmd vinnunnar en karlar, vinna þeirra einkennist fremur af síendurteknum athöfnum og þær hafa síður sjálfsforræði en karlar.

Þá er ljóst að samspil fjölskyldu og atvinnulífs skiptir miklu máli hvað þetta varðar. Konurnar sem Marianne Frankenhaeuser skoðaði fóru ekki heim að loknum vinnudegi til að slappa af eftir erfiði dagsins. Þær fóru til að sinna ekki síður krefjandi starfi, nefnilega fjölskyldunni.

Tíminn – lína eða hringrás

Karin Daives, breskur félagsfræðingur sem starfar við Lundarháskóla hefur fengist við rannsóknir á einum mesta streituvaldi okkar þjóðfélags – tímanum. Hún bendir á hvernig tíminn sem hefðbundin kvennastörf krefjast, stangast á við þann tíma sem vestræn þjóðfélög stjórna af í dag. Þetta er tími sem hægt er að hluta niður og meta til peninga. Þetta er línubundinn tími.

Mannleg samskipti eru þess eðlis að þau passa ekki inn í línubundinn tíma. Þau krefjast tíma sem er líkari hringrás. Samskipti er ekki hægt að skipuleggja í klukkutímum og mínútum svo vel fari. Öll störf sem krefjast umönnunar og tilfinninga stjórna af þeim verkum sem þarf að sinna hverju sinni. Þetta á við um mörg hefðbundin kvennastörf, jafnt úti á vinnumarkaði sem inni á heimilum. En það eru mínúturnar sem reka okkur áfram engu að síður og skapa árekstra og streitu. Þó má ekki líta svo á að það sé klukkan sjálf sem þjaki fólk. Klukkan er nauðsynleg til þess að hægt sé að skipuleggja lífið í eins flóknu samfélagi og við búum við í dag. Vandinn er sá hvernig við notum klukkuna.

Karin Davies bendir á að við teljumst afkastamikil ef við gerum mikið af einhverju sem er mælanlegt og það á sem skemmstum tíma. Við fáum samviskubit þegar við erum heima með börnin án þess að "koma nokkru í verk". Ef við búum ekki til eitthvað sýnilegt, þá gerum við ekkert. Þetta er hugsunarháttur sem gegnumsýrir allt samfélagið og gerir það að verkum að mörg hefðbundin störf kvenna á vinnumarkaði eru lágt metin því

þau gefa ekki af sér sýnilega, mælanlega afurð.

Karin Davies bendir einnig á að þeir sem venjast á að nota tímann sem línu eigi auðveldara með að "loka sig af" um stund frá erilsömu umhverfi. Karlmennt eiga auðveldara með að einangra sig "andlega" þegar þeir eru heima; sökkva sér niður í lestur dagblaða þótt börnin séu heima eða ekki sé búið að ganga frá í eldhúsinu. Þetta er vegna þess að þeir líta á tímann sem beina línu sem hægt er að hluta niður í ákveðin hólf. Þeir lesa blöðin í hálf tíma, hugsa síðan um börnin í klukkutíma og gera þá ekkert annað á meðan. Konur sem vegna starfa sinna hafa vanist á að nota tímann öðruvísi en karlar gera marga hluti samtímis, meðan karlar gera eitt í einu. Þær eiga erfitt með að "loka sig af" að loknum vinnudegi, svo þær reyna að skapa sér sinn eigin tíma um leið og þær gera eitthvað nauðsynlegt. Þetta getur bæði verið kostur og galli. Karin Davies telur að konum væri hollt að einangra sig frá umhverfinu af og til að hætta karla. Það hjálpaði þeim að slappa af heima fyrir og kæmi í veg fyrir ýmsa álagssjúkdóma. En hún bendir jafnframt á að það að geta einangrað sig frá umhverfinu beri einnig vott um takmarkaða ábyrgð. Það hve mikinn tíma við höfum fyrir okkur sjálf er nefnilega ekki hvað síst spurning um hvaða vald við höfum til að ráðstafa eigin tíma og annarra.

– Grein þessi birtist í tímaritinu *Vinnuvernd*, 4. tbl. 1944.

Inga Jónsdóttir iðjupjálfi

"ERGONOMIU-HÓPURINN"

Á undanförnum árum hef ég fengist lítilsháttar við fræðslu og leiðbeiningar í vinnuvistfræði á námskeiðum á vegum félagssamtaka, hjá Fræðslumiðstöð iðnaðarins, í skólum og fyrirtækjum.

Þetta hófst með því að Björk Pálsdóttir iðjupjálfi hafði samband við mig og spurði hvort ég hefði áhuga á kennslu í vinnuvistfræði. Björk hafði þá fengist við þetta í nokkur ár og annaði ekki eftirspurn auk þess sem henni fannst slæmt að hafa ekki staðgengil. Við vorum tveir iðjupjálfar sem gengum til liðs við Björk 1988 og sú fjórða kom í hópinn 1993. Ekki fékk hópurinn neitt formlegt nafn en hann hefur gengið undir nafninu "Ergonomiu-hópurinn". Hópurinn hafði hins vegar ákveðnar vinnureglur. Markmið hópsins var að veita fræðslu um vinnuvistfræði, þar sem við töldum iðjupjálfa eiga erindi á þennan vettvang. Hópurinn hafði einnig faglegan metnað sem fólst í því að fylgjast með og kynna efni um þessi mál innan hópsins og að útbúa fræðsluefni. Fyrstu árin var mikil vinna lögð í gerð fræðsluefnis, sem síðan hefur verið bætt og aðlagð eftir þörfum að mismunandi starfsstéttum í áranna rás.

Markmið með fræðslustarfinu er að auka þekkingu á líkama og líkamsbeitingu þannig að fólk verði betur í stakk búíð til að forðast rangt álag, hafa áhrif á eigin vinnuaðstöðu og skapa þannig betra vinnu-umhverfi.

Dæmigert námskeið er frá 4 upp í 8 kennslustundir. Ég byggi þetta oftast

þannig upp að ég byrja á að fara í helstu grunnatriði varðandi byggingu og starfsemi stoðkerfis og blóðrásar. Þá fer ég í líkamsbeitingu við vinnu bóklega og verklega. Þetta reyni ég að tengja þeim starfsstéttum sem eiga í hlut hverju sinni svo framarlega sem hópurinn er ekki mjög blandaður. Við fræðslu í fyrirtækjum er meiri áhersla lögð á persónulega ráðgjöf út í frá vinnuaðstöðu hvers og eins. Leiðbeiningar varðandi líkamsbeitingu, vinnuhæð, uppröðum tækja o.s.frv. allt eftir því sem við á hverju sinni.

Á stuttu námskeiði fer hinsvegar minna fyrir verklegum hluta, fræðslan er þá frekar lögð upp til að vekja fólk til umhugsunar um þessi mál.

Þeir sem leita til hópsins óska oftast eftir fræðslu varðandi líkamsbeitingu og vinnutækni þó að þetta sé aðeins hluti vinnuvistfræðinnar. Fræðslu um andlegan aðbúnað á vinnustað er oftast gerð skil af öðru fagfólki. Má þar nefna fræðslu um vinnugleði, heilsuvernd og samskipti. Mér finnst hinsvegar nauðsynlegt að tengja þetta mínum hluta, minnug þess að tengsl líkama og sálar eru náin og að góð vísa er aldrei of oft kveðin.

Ég fjalla því einnig um þreytu og streitu, áhrif uppsafnaðrar þreytu og mikilvægi reglubundinnar hvíldar. Hvernig fólk þarfnast hæfilegs álags og örvunar, og hvernig megi varast streitu auk þess sem ég fer nokkrum orðum um heilsurækt.

Það er erfitt að sinna svona fræðslustarfi svo vel sé í hjáverkum, þó að það hjálpi

vissulega hvað störfín eru skyld. Mikilvægt er að vera vakandi yfir nýjum gögnum, jafnt lögum sem rannsóknum um þessi mál. Það er skoðun mín að iðjuþjálfar mættu láta þessi mál meira til sín taka en raun ber vitni.

Velliðan í vinnu

Lög um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustað frá 1980 leggja skyldur á atvinnurekanda að hann tryggi að gætt sé fyllsta öryggis, góðs aðbúnaðar og hollustuhátta á vinnustað.

Vinnuverndarstarf hefur til skamms tíma mest beinst að því að koma í veg fyrir slys og líkamlegt heilsutjón. Eins og fyrstu lögin um vinnuvernd frá 1928 og 1952 bera með sér. Á síðustu árum hefur athyglin í auknum mæli beinst að því að velliðan á vinnustað hefur mikið að segja. Bein tengsl geta verið á milli andlegs álags og líkamlegra sjúkdóma. Markmið forvarna á ekki eingöngu að vera að koma í veg fyrir sjúkdóma heldur einnig að efla og viðhalda heilbrigði. Þar sem heilbrigði er ekki skilgreint sem skortur á sjúkdómum heldur sem *líkamleg, sálræn og félagsleg velliðan*.

Mikil umræða hefur verið á undanförunum árum um tengsl líkama og sálar, t.d. að ánægja í vinnu hafi ekki bara áhrif á afköst heldur einnig á líkamlega líðan. Sem dæmi ná nefna niðurstöður úr "Boeing rannsókninni" svokölluðu þar sem reynt er að skilgreina áhættuþætti fyrir kvörtunum frá baki. Rannsóknin sem er Bandarísk er ein stærsta sinnar tegundar með yfir 3000 þátttakendum.

Könnuð voru tengsl milli kvartana um bak vandamál annars vegar og líkamlegra, sálrænna, félagslegra og vinnuáðstöðu

þátta hins vegar hjá verksmiðju verkafólki í Boeing verksmiðjunum. Niðurstöður sýndu m.a. að þeir sem voru sjaldan ánægðir í vinnunni voru 2,5 sinnum líklegri til að tilkynna bakvandamál en þeir sem voru næstum alltaf ánægðir í vinnunni. Ekki fundust bein tengsl milli líkamlegs ástands og kvartana vegna bakvandamála.

Streita er einn þáttur sem hefur verið tengdur starfsleiða, fjarvistum og lélegum afköstum. Streita finnst hjá háum sem lágum, við komumst ekki hjá henni hún er hluti af lífinu. Við þekkjum vafalaust tilfinninguna að vera spennt, ýmis ytri áhrif vekja innri viðbrögð. Hjartsláttur og blóðstreymi eykst, athyglin skerpist og viðbragðskerfið fer í gang. Þetta er jákvæði hlutinn, en verra er þegar spennan er orðin viðvarandi, líkaminn er þá stöðugt í viðbragðsstöðu án eiginlegrar hættu. Í hóprannsókn Hjartaverndar kemur fram að eftir 1970 hefur fjöldi þeirra karla og kvenna 34-44 ára sem kvarta um streitu tvöfaldast.

Í flestum tilvikum má rekja streitu til mannlegra samskipta. Streita virðist einnig vera tengd starfi og vinnustað. Bent hefur verið á að orsökina geti verið að á vinnustað ræður fólk sér síður sjálft. Þó að streita finnist hjá öllum starfsstéttum þá er hún tíðari hjá þeim starfsstéttum þar sem krafist er viðbragðsflýtis eða þjónustu og viðkomandi ræður ekki vinnuálagi sjálfur. Einnig mælast aukin neikvæð streitu hormón við störf sem eru talin veita litla andlega örvun t.d. við síendurtekin einhæf verk. Þekkt er að andlegt álag eða streita geti verið orsök sjúkdóma. Í þessu sambandi eru oftast nefndir hjarta og æðasjúkdómar, magabólgur og vöðvagigt.

Vanlíðan í vinnu getur endurspeglast á marga vegu t.d. í óraunhæfum kröfum um starfsumhverfi. Þannig verður loft-ræstingin eða önnur tæki mál málanna þó raunverulegur vandi sé annar. Vanlíð-an skilar sér einnig í lélegum afköstum og fjarvistum sem kemur niður á framleiðslu. Fjarvera frá vinnu kostar atvinnurekanda, tryggingafélög og ríkið miklar fjárhæðir. Þá eru ónefnd þau áhrif sem þetta getur haft á einstaklingin, bæði sálræn, líkam-leg og félagsleg.

Hér hafa verið tínd til nokkur atriði sem tengjast vanlíðan í vinnu, af mörgu er að taka því þessi mál hafa mikið verið rædd og rannsökuð á síðustu árum og margt athyglisvert komið í ljós. Svo mikið er víst að huga þarf betur að

vellíðan í vinnu, margir eyða um þriðj-ungi ævinnar á vinnustað, því er gott starfs-umhverfi nauðsynlegt heilsu og vellíðan manna.

Heimildir

* Skilgreining Alþjóða heilbrigðismála stofnun-innar.

Vinnueftirlit ríkisins (bæklingur 1992)

Vellíðan í vinnunni, Vinnueftirlit ríkisins fræðslurit nr. 13

Eríkur Örn Arnarson, Streita; Heilbrigðismál 1985

Krístín Marja Baldursdóttir, Vinnustreita, Morgunblaðið 1995

Ingólfur Sveinsson, Stressaða fólkið er ..., Heilbrigðismál 1987

og ýmis önnur gögn frá ráðstefnum um vinnu-verndarmál.

ÖSKJUHLÍÐASKÓLI

óskar að ráða iðjupjálfa til starfa frá og með 1. september 1995.

Auk þess að vinna við iðjupjálfun fatlaðra barna, felur starfið í sér ráðgjöf og margþætt samstarf við foreldra, kennara og aðra sérfræðinga skólans.

Um er að ræða 75% starf.

Nánari upplýsingar veita skólastjóri og aðstoðarskólastjóri í skólanum og í síma 568 9740.

Skólastjóri

Þóra Leósdóttir iðjupjálfi

NÁMSKEIÐ UM VINNUVISTFRÆÐI Í GRUNNSKÓLUM

Um miðjan febrúar síðastliðinn var haldið námskeið í vinnuvistfræði grunnskólabarna (school ergonomics). Námskeiðið sem var haldið á Reykjalundi var á vegum fræðslunefndar ÍÍ og fór að mestu leyti fram á ensku.

Fyrirlesari var Donna Benjamin, en hún starfar sem skólaiðjupjálfi í Árósum í Danmörku. Námskeiðið stóð í einn dag og skiptist í fyrirlestur, líkamsæfingar og umræður. Hér á eftir verður aðeins stíkl- að á stóru.



Starfssvið skólaiðjupjálfa

Staða skólaiðjupjálfa heyrir undir Félags- og heilbrigðissvið Árósaborgar; barna- og unglingadeild. Donna Benjamin hefur gegnt þessu starfi síðan 1987.

Samkvæmt starfslýsingu er markmiðið að mæta þörfum grunnskólabarna á fræðslu um vinnuvistfræði, og leysa einstök verkefni með fyrirbyggjandi markmið í huga. Starfið felst því í að flétta inn í skóla- starfið kennslu í vinnuvistfræði, veita ráðgjöf og vinna að forvörnum, í sam- vinnu við þá faghópa sem starfa innan skólanna. Þetta getur verið allt frá ein- stökum fyrirlestrum til verkefna sem ná yfir lengri tíma, svo sem að veita ráðgjöf um val á skólahúsgögnum. Donna vinnur náið með þeim skólalæknum sem sinna grunnskólunum á svæðinu. Hún hefur einnig samstarf við framleiðendur skóla- húsgagna og er, að því best er vitað, eini skólaiðjupjálfinn í Danmörku.

Vinnuvistfræði

– mikilvægi forvarna

Í höfuðdráttum fjallaði námskeiðið um hvernig hægt er að byggja upp fræðslu í vinnuvistfræði fyrir börn og unglinga. Nefnd voru atriði eins og setstaða, hvaða kröfur góð skólahúsgögn þurfa að upp- fylla, bráðabirgðalausnir til að bæta hefð- bundin skólahúsgögn t.d. skápúðar. Einn- ig var fjallað um að skólabörn vendu sig

smám saman á slæma setstöðu og líkamsbeitingu m.a. vegna þess að þau þyrftu að aðlaga sig að húsgögnum sem ekki hentuðu þeim. Donna lagði áherslu á að í einum bekk getur munað miklu á hæð nemenda og því þurfi að vera mismunandi stærðir af húsgögnum í hverri kennslustofu. Hún byggir einnig inn í fræðsluna líkamsæfingar sem felast í því að kenna börnunum slökun, teygjur og styrkæfingar fyrir maga- og bakvöðva. Donna benti á mikilvægi þess að fyrirbyggja stirðleika og styttingar í Hamstringsvöðvum. Hún nefndi að rannsóknir á skólabörnum í Danmörku bentu til þess að styttingar í þeim vöðvahópum væru ekki óalgengar. Þar kemur í ljós að í úrtaki sem náði yfir 459 börn á aldrinum átta til sautján ára kvarta 7% þeirra, sem eru með eðlilega lengd Hamstringsvöðva, um verki í baki, en 15% þeirra barna sem eru með styttingar í sömu vöðvum eru með bakverki.

Skólahúsgögn til sýnis

Til sýnis voru skólahúsgögn sem MH-Möbler í Danmörku sendu hingað í tilefni af námskeiðinu. Donna hefur m.a. samstarf með þeim aðilum og mælir mjög með borðum og stólum sem nefnast Back-up. Verslunin Penninn og GKS í Kópavogi voru einnig með sýnishorn á námskeiðinu. Donna undirstrikaði mikilvægi þess að iðjuþjálfar hafi gott samstarf með húsgagnaframleiðendum sérstaklega á hönnunarstiginu. Gera þarf kröfur um að skólahúsgögn séu stillanleg og að hægt sé að aðlaga þau að mismunandi þörfum barnanna. Borð séu með stillanlegri skáplötu og stólar með skáhallandi setu, svo eitthvað sé nefnt. Þess ber að geta að þau skólahúsgögn sem bárust hingað á vegum Donnu Benjamin eru til staðar í iðjuþjálf-

uninni á Reykjalundi. Ef iðjuþjálfar hafa áhuga á að skoða þau nánar, eða fá þau lánuð til prófunar er velkomið að hafa samband við Anne Grethe Hansen iðjuþjálf.



Námskeiðið

Námskeiðið var mjög vel sótt og vonar fræðslunefndin að þátttakendur hafi haft eitthvert gagn af. Það er ljóst að margir iðjuþjálfar á Íslandi hafa víðtæka reynslu á þessu sviði og ekki víst að efnið hafi verið nýtt fyrir þeim. Fyrir aðra hefur þetta kannski verið ágætis upprifjun úr náminu. Að mínu mati er efni þetta mjög áhguavert og umhugsunarvert fyrir þá iðjuþjálf sem starfa með börnum á

grunnskólaaldri. Framsetning Donnu hefði aftur á móti mátt vera mun skipulagðari og meiri tími gefinn til að prófa og "máta" þau skólahúsgögn sem voru til staðar. Þau skriflegu gögn sem þátttakendur fengu eru hins vegar mjög gagnleg og er þar að finna ágætis fróðleik og hugmyndir. Donna gaf einnig félaginu skýrslu sem nefnist "Börn og bevægelse" og fjallar hún um fimm ára tilraunaverk-

efni í einum grunnskóla í Árósum. Skýrslu þessa er að finna á bókasafni ÍÍ og í henni er að finna góðar myndir og leiðbeiningar.

Að síðustu vil ég geta þess að Reykjalundur lagði til aðstöðu og veitingar fyrir námskeiðsgesti endurgjaldslaust og hafi forráðamenn bestu þakkir fyrir.

STYRKJARLÍNUR



RÁÐVÍS HÖNNUN

Grensásvegi 7 s. 568 2468

Tónika h.þ. Umboðs og heildverslun

Melabraut 35 s. 561 1668

RÆSIR HF.

Skúlagötu 59 s. 561 9550

Þorvaldur B. Jónsson
skipamiðlari

Hafnarhúsinu s. 562 1120

HEILBRIGÐI – ARÐUR – ÁNÆGJA

Ofangreind fyrir sögn er einkunnarorð fyrirtækisins Máttar–Vinnuverndar, sjálfstæðs og óháðs fyrirtækis á sviði vinnuverndar á Íslandi. Það var stofnað snemma vors 1991 og hefur starfað óslitið síðan um allt landið og miðin. 1994 var það sameinað Forvarna- og endurhæfingarstöðinni Mætti og starfar sem sjálfstæð deild innan hennar.

Vinnuvernd á Íslandi

Vinnuvernd (ergonomi) er óðum að hasla sér völl á Íslandi. Þjónusta á sviði hennar hefur verið að slíta barnsskónum undanfarin ár og er komin vel á legg þó langt sé í sambærilegan þroska á við þjónustuna í nágrannalöndunum. Þar hefur vinnuverndarþjónusta verið við lýði árum saman og fjöldi stórra fyrirtækja hefur sérstakar deildir sem eingöngu sinna slíkum málum. Aðalstarf Máttar–Vinnuverndar frá upphafi hefur verið að plægja akurinn og sá breytingarfræjum hugarfarsins og smátt og smátt hefur uppskeran verið að skila sér.

Meðal fyrirtækja sem starfsmenn Máttar–Vinnuverndar hafa heimsótt til vettvangsathugana eru fiskvinnslufyrirtæki, bankar, tryggingafélög, stórmarkaðir, opinberar stofnanir ríkis, borgar og bæja, frystitogarar, iðnfyrirtæki, bílainnflutningsfyrirtæki, orkusölufyrirtæki og ýmis smærri fyrirtæki.

Hvernig fer þetta fram?

Ferlið er í stuttu máli eftirfarandi: Þegar samningar hafa tekist um umfang þjónustunnar er farið á vettvang og umhverfi og vinnulag skoðað á skipulagðan hátt. Máttur–Vinnuvernd hefur fjölda fagmenntaðra starfsmanna sem geta komið að hverju máli, allt eftir umfangi verks og óskum kaupanda. Einnig kemur oft fram við vettvangsskoðun og viðtöl við starfsmenn að tiltekinnar sérþekkingar er þörf til að leysa vandamálin, t.d. sálfræðing eða næringarfræðing. Þeir fagmenn sem Máttur hefur á sínum snærum eru menntaðir á sviði sjúkraþjálfunar, vinnuvistfræði, öryggisráðgjafar, tæknifræði, sálfræði, íþróttافرæði, læknisfræði, næringarfræði, hjúkrunarfræði og félagsfræði. Í sem stystu máli, þá er reynt að leggja hlutlægt mat á alla þá þætti vinnustaðarins/vinnustöðvarinnar sem hafa áhrif á líkamlega og andlega vellíðan starfsmanns. Gengið er út frá þeirri meginforsendu við skipulagningu vinnuumhverfis að það eigi að laga vinnuumhverfið að þörfum starfsmanns en ekki starfsmanninn að þörfum vinnuumhverfisins. Ef um er að ræða nýjan vinnustað/-stöð er reynt eins og frekast er kostur að vinna út frá þessari forsendu og allir neðangreindir þættir (A, B, C) skoðaðir í ljósi hennar.

Hvað er skoðað á vettvangi?

Dæmi um það sem er skoðað og metið:

A. Nánasta umhverfi starfsmanns:

– Vinnuhæð, borð, stólar, fótскеmlar, tölvuskjái, lyklaborð, tölvumýs, prentarar, loftljós og lampar, rými fyrir fætur og bol, seilingarfjarlægðir, efni í lofti, gólfi og veggjum, loftræsting, hávaði, lýsing, trekkur, hiti og raki, afstaða vinnustöðvar til glugga svo eitthvað sé nefnt.

B. Starfsmaðurinn sjálfur:

– Setstaða, líkamsbeiting, vinnulag (er hægt að vinna starfið með minna álagi á stoðkerfið), þekking á stillimöguleikum stóla og annarra tækja s.s. tölva.

C. Ástand í heildarrýminu (fyrirtækinu, salnum, herberginu):

– Loftræsting, hávaði, lýsing, raki, hitastig, glampar, aðgengi að samnýttum tækjum (t.d. ljósritunarvélum), vinnuhæð samnýtttra vinnustöðva, fyrirkomulag í geymslum, kaffistofum, hreinlætisaðstöðu, almennt skipualg (við reynum að kynna okkur vinnsluferlið og koma auga á einfaldari leiðir sem gætu t.d. minnkað álag á stoðkerfið).

Eftir vettvangsskoðun er tekin saman skýrsla um það sem þarfnast úrbóta, gerðar tillögur um úrbætur og lögð til framkvæmdaáætlun. Í framhaldi hafa viðskiptavinirnir keypt fyrirlestra og frekara eftirlit. Sumir viðskiptavinir byrja á að kaupa fyrirlestra og fræðslu, eða úttekt á líkamlegu ástandi (þoli, blóðfitu, blóðþrýstingi, hlutfalli fitu af líkamspyngd, liðleika o.fl.) og fá svo vettvangsathugun í kjölfarið.

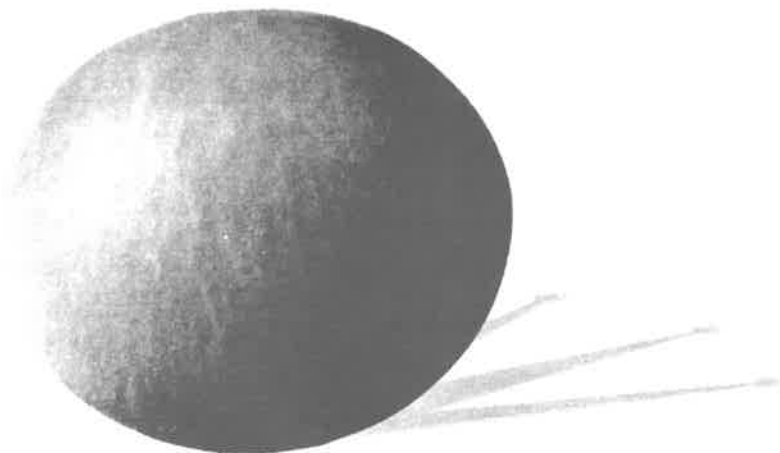
Viðhorf gærdagsins enn við lýði

Starfið hefur gengið vel þó oft verði vart viðhorfa gærdagsins um gagnsemi og nauðsyn forvarna. Það háir starfinu og reyndar forvörnum yfirleitt, hvort sem um er að ræða t.d. atvinnutengd einkenni eða reykingar eða notkun getnaðarvarna, að ávinningurinn er oft svo fjarlægur í tíma. Krónan sem sparast klingir ekki í kassanum strax á morgun. Það tekur nokkra áratugi að drepa sig á reykingum, röng hæð á vinnuborði þarf ekki að valda álagseinkennum fyrr en eftir einhverja mánuði eða ár og það er ekkert sjálfgefið að verða óléttur þó ekki sé notaður smokkur.

Magnús H. Ólafsson sjúkrabjálfi með sérmenntun í vinnuvernd er framkvæmdastjóri og annast samningagerð og markaðsstarf. Hann hefur einna mesta reynslu í forvörnum og vinnuvernd eftir meira en áratugastarf á vettvangi. Undirritaður annast útgáfumál en áróðurs- og fræðslumiðillinn heitir *Vaki til vinnvuerndar* og hefur komið út alls fimm sinnum og dreifst víða um landið.

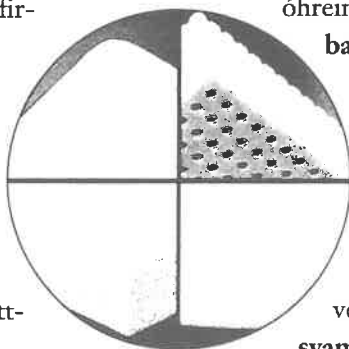
Allar frekari upplýsingar er hægt að fá hjá Magnúsi í húsakynnum Máttar að Faxafeni 14, 108 Reykjavík, sími 568 9915 eða hjá undirrituðum í síma 587 3205.

Lárus hefur starfað að vinnvuernd frá 1991. Hann er nú yfirsjúkrabjálfi Hjúkrunarheimilisins Eirar í Grafarvogi, rekur eigin sjúkrabjálfunarstofu, Þjálfar sjúkrabjálfun og semur og selur hugbúnað fyrir sjúkrabjálfun.



Ein einasta yfirdýna tryggir hvaða prinsessu sem er góðan nætursvefn

Góð yfirdýna getur breytt martröð hvaða prinsessu sem er í sælusvefn. Yfirdýnur eru til af ýmsum gerðum. Einn megin-kostur þeirra er hve vel þær einangra gegn kulda. **Latex-dýnur** eru úr náttúrugúmmí, sem



heldur ekki raka að líkamanum og í það safnast hvorki ryk né óhreinindi. **Eggja-bakkadýnur** verma sérlega vel og mýkja og hafa einstaka fjöðrunareiginleika. Þær heita bakveiku fólki mjög vel. **Yfirdýna úr svampi**, sérsniðin að

þinni dýnu mýkir og vermir rúmið þitt. Þegar þú færð þér nýja, vandaða rúmdýnu er það sjálfsögð fyrirhyggja að hlífa henni gegn sliti og óhreinindum með þægilegri yfirdýnu. Góða nótt.

**ell
ess**

LYSTADÚN-SNÆLAND HF



Smíði og uppsetning á palla- og stigalyftum.

Sérsmíðuð hjálpartæki í bifreiðar.

Ráðgefandi þjónusta.

HJÁLPARTÆKI

Þórir B. Guðjónsson

Hafnarbraut 1d, 200 Kópavogur, Sími 554 0233

Kársnesbraut 91, 200 Kópavogur, heimasími 564 1533

LAUSAR STÖÐUR

GEÐDEILD LANDSPÍTALA

Tvær 100% stöður iðjuþjálfar við Geðdeild Lsp.
eru lausar til umsóknar

Upplýsingar veitir:

Elín Ebba Ásmundsdóttir, yfiriðjuþjálfari
s. 560 1791 / 560 1792

HLÍÐASKÓLI:

$\frac{1}{2}$ staða yfiriðjuþjálfarar

TJALDANES:

$\frac{1}{2}$ –1 staða

IÐJULUNDUR AKUREYRI:

1 staða

FJÓRÐUNGSSJÚKRAHÚS AKUREYRAR

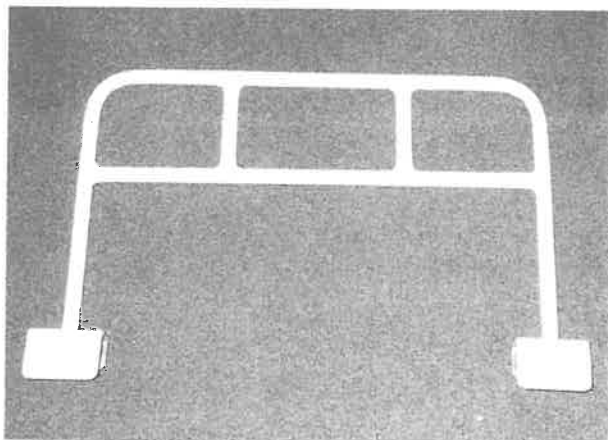
1 $\frac{1}{2}$ staða á hjúkrunardeild

HILDA



Rúm þetta er hærra en venjulegt rúm svo betra sé að standa upp úr því. Það hefur tvær hæðastillingar 52 cm og 58 cm. Hægt er að setja ýmis hjálpartæki við rúmið, t.d. lyftu, handfang og hliðargrind. Viðartegundir: eik, beyki og maghony.

Í rúm þetta er hægt að velja Aupingbotn eða undirdýnu og ýmsar gerðir af dýnum, t.d. springdýnu, svampdýnu, Latex dýnu eða Pocket dýnu.



SÉRSMÍÐI - BREYTINGAR

Framleiði handföng á rúm eftir máli.
Handföngin eru til sýnis hjá Ingvari og Gylfa.

JÓN EIRÍKSSON SÍMI 854 3280



Hvernig gengur þér

*að gera það sem áður var auðvelt, svo sem
að fara í bað, klæðast, ganga, matast,
standa upp af salerninu?*

Ef þú átt í erfiðleikum

*með þessar athafnir, hafðu þá samband við
okkur í Hjálpartækjabankanum. Við munum
aðstoða þig við að velja réttu hjálpartækin.*

*Höfum ávallt fyrirliggjandi fjölbreytt úrval
hjálpartækja.*

Sími (91)-623333.

