

BORGARTÚNI 6 • REYKJAVÍK

ÍPÍ 1/09
31. árgangur

Iðjupjálfinn

Fagblað iðjupjálfa



Iðjupjálfun á Sogni • Heilsuhópur • Hlutverkasetur •
Iðjupjálfinn og efling félagsfærni grunnskólanemenda

Frá ritnefnd

Kæru lesendur

Pegar ritnefnd byrjaði að huga að útgáfu þessa blaðs vöknudu efasemdir um hvort nægt efni myndi fást í blaðið. Við komumst fljótt að raun um að þær vangaveltur voru óþarfar. Viðbrögð við tölvupósti sem ritnefnd sendi út þar sem óskað var eftir efni í blaðið létu ekki á sér standa og aðrir brugðust jákvætt við því að skrifa í blaðið þegar við höfðum samband, jafnvel með stuttum fyrirvara.

Að þessu sinni fór ritnefnd nýja leið við val á forsíðumynd og efndi til ljósmyndasamkeppni meðal iðjuþjálfra og -nema. Mynd Ericu do Carmo iðjuþjálfanema var valin sú besta og óskum við henni til hamingju. Myndir hinna þriggja þátttakendanna má sjá inni í blaðinu og getur því hver og einn gert upp við sig hvort hann sé sammála ritnefnd í valinu á forsíðumynd. Svo er aldrei að vita nema framhald verði á þessari keppni og hvetjum við því iðjuþjálfra og -nema að vera duglega með myndavélina og opna fyrir forsíðumyndefni.

Ákveðið var að ganga ekki út frá sérstöku þema í þessu blaði, heldur gefa hverjum og einum frjálsar hendur með viðfangsefni fyrir blaðið. Gaman er að sjá eldmóðinn sem býr í iðjuþjálfum og í faginu okkar. Fullt af áhugaverðu efni prýðir blaðið og ættu allir að geta fundið lesefni við sitt hæfi. Að þessu sinni er engin ritrýnd grein en eins og gefur að skilja er og verður misjafnt hvort slíkar greinar birtast í blaðinu okkar, það fer allt eftir hvernig árar í þeim efnum.

Nægur tími er fyrir þá sem vilja skrifa grein eða birta annað efni í næsta blaði, því ætlunin er að það komi út að ári liðnu. Allar hugmyndir að efni og öðru sem ykkur finnst eiga heima í blaðinu eru vel þegnar og rétt er að minna á netfang ritnefndar: ritnefnd.ii@sigl.is.

Við endum þennan pistil á kærum þökkum til allra sem komu að útgáfu þessa blaðs með einum eða öðrum hætti og vonum að lesendur séu ánægðir með útkomuna.



Efnisyfirlit

Pistill formanns	4
<i>Höf. Júlíana Hansdóttir Aspelund</i>	
Siðanefnd 2009-2010	5
<i>Höf. Guðrún Áslaug Einarsdóttir</i>	
Fréttir frá fræðslu- og kynningarnefnd	6
<i>Höf. Helga Kristín Gestsdóttir</i>	
Kjaranefnd	
<i>Lest þú launaseðilinn þinn?</i>	8
<i>Höf. Berglind Indriðadóttir</i>	
VIRK	
<i>Starfsendurhæfingarsjóður</i>	10
<i>Höf. Sigurður Þór Sigursteinsson</i>	
Helsinkifarar	
<i>Norrænt málþing</i>	12
<i>Höf. Sif Þórsdóttir, Sigurður Þór Sigursteinsson, Unnur St. Alfreðsdóttir</i>	
Hlutverkasetur	14
<i>Höf. Guðrún Helga Ólafsdóttir, Kristín G. Sigursteinsdóttir</i>	
Um iðjuþjálfun.is	15
<i>Höf. Sigurður Hólm Gunnarsson</i>	
Forsíðumyndasamkeppni	16
Bókarhorn	17
<i>Höf. Ingibjörg Pétursdóttir</i>	
Heilsuhópur	
<i>undirbúningur og framkvæmd</i>	18
<i>Höf. Ósk Sigurðardóttir</i>	
<i>Heildarstefnumótun varðandi umönnun heilabílaðra á Hrafnistu</i>	22
<i>Höf. Hrönn Ljótisdóttir, Lovísa Agnes Jónsdóttir, Sigurbjörg Hannesdóttir</i>	
<i>Iðjuþjálfinn og efling félagsfærni grunnskólanemenda</i>	24
<i>Höf. Sigríður Kristín Gísladóttir</i>	
<i>Iðjuþjálfun á réttargeðdeildinni Sogni</i>	28
<i>Höf. Fanney Björg Karlsdóttir</i>	

Iðjuþjálfinn
Fagblað iðjuþjálfra

Iðjuþjálfinn

Fagblað iðjuþjálfra

Stjórn IPÍ

Júlíana Hansdóttir Aspelund, formaður
Sigbrúður Loftsdóttir, varaformaður
Ingibjörg Ólafsdóttir, gjaldkeri
Eygló Daníelsdóttir, ritari
Ósk Sigurðardóttir, meðstjórnandi
Sigrún Ólafsdóttir, varamaður
Rósa Hauksdóttir, varamaður

Umsjón félagskrár

Þjónustuskrifstofa SIGL

Ritnefnd (ritnefnd.ii@sigl.is)

Álfheiður Karlsdóttir
Guðrún Hallgrímsdóttir
Harpa Gunnlaugsdóttir
Hjördís Anna Benediktsdóttir
Petrea Guðný Sigurðardóttir

Ritstjóri

Petrea Guðný Sigurðardóttir

Prófarkalesari

Arnór Hauksson

Prentvinnsla

Litlaprent

Forsíðumynd

Erica do Carmo

Ritnefnd áskilur sér rétt til að stytta texta og færa til betri vegar. Vitna má í texta blaðsins ef heimildar er getið.



▲ Kúluábreiða örvar skynjun og stuðlar að aukinni líkamsvitund.

Barnarúm úr gegnheilum viði. Margar tegundir. Fallegt handverk.



▲ Thevo MiS dýnukerfið styrkir líkamsvitund, eykur vellíðan og bætir svefn.



▲ Skiptiborð í mismunandi útfærslum og í ýmsum stærðum. Stillanleg hæð. Stuðlar að góðri líkamsstöðu við vinnu.



▲ Stillanleg vinnuborð, sem gefa góða vinnustöðu. Fjölbreytt lítaúrval.

Við leik og störf

Úrval af hjálpartækjum sem auðvelda athafnir daglegs lífs.
Persónuleg þjónusta og fagleg ráðgjöf.
Verslunin er opin virka daga kl. 9-18.

Eirberg 

Pistill formanns



■ Júlíana Hansdóttir Aspelund
formaður IPÍ

Nýlega fóru héðan iðjuþjálfar á norrænt málþing um starfsendurhæfingu sem haldið var í Helsinki. Talsvert var rætt um mikilvægi þess að iðjuþjálfar leggi stund á rannsóknir, samfara því að skrá niður íhlutun sína og greina frá daglegum störfum sínum. Við iðjuþjálfar þurfum að vera duglegir að leggja áherslu á þá sértæku þekkingu sem við höfum á iðju mannsins. Þekkingin hefur hefur orðið til úr reynslu okkar og gildum, upplýsingum sem settar hafa verið í samhengi og því innsæi sem byggir á sérþekkingu okkar. Þekkingu er gjarnan skipt niður í ljósa og leynda þekkingu. Ljós þekking er formleg og kerfisbundin, það er auðvelt að koma orðum að henni og miðla henni til annarra. Leynd þekking er hins vegar mjög persónuleg, það er erfitt að formfesta hana og þess vegna getur verið erfitt að miðla henni. Hún býr með fólki og í því umhverfi sem það lifir í og það er auðveldara að miðla þekkingunni til annarra sem þekkja einnig til þessa umhverfis. Skilningur og sameiginlegur eða sambærilegur reynsluheimur skiptir miklu máli þegar miðla þarf því, sem erfitt er að orða. Af þeim ástæðum er faghópur kjörinn vettvangur til þekkingarmiðlunar og þekkingarsköpunar. Með þátttöku í faghóp gefst tækifæri til að velta upp mörgum spurningum sem tengjast fagsviðinu, gera leynda þekkingu að ljósri og efla þannig faglega þekkingu enn frekar. Í kjölfarið á málþinginu í Helsinki ætla þeir

iðjuþjálfar sem þar tóku þátt og vinna innan starfsendurhæfingar að stofna faghóp um starfsendurhæfingu innan félagsins. Það er kærkomin viðbót við þá góðu hópá sem eru þegar starfandi.

Tæpt ár er liðið frá því að þjóðfélag okkar lagðist á hliðina. Á þeim tíma hefur mikið vatn runnið til sjávar og miklar breytingar orðið á hugum og háttum landsmanna. Allir eru sammála um að vandinn sem við stöndum frammi fyrir er mikill en hins vegar eru áhöld um hvernig beri að greiða úr honum. Iðjuþjálfafélag Íslands (IPÍ) átti aðkomu að gerð stöðugleikasáttmála, líkt og önnur félög innan Bandalags Háskólamanna (BHM) og því stöndum við nú frammi fyrir því að ganga frá kjarasamningum eins og um er getið í sáttmálanum. Hins vegar er erfitt að ganga í það verk nú á meðan úrræði stjórnvalda eru óljós um margt hvað varðar stöðu heimilanna í landinu. Jafnframt er fyrir séður mikill niðurskurður innan heilbrigðiskerfisins. IPÍ óskar eftir því að ráðamenn og stjórnendur leiti til iðjuþjálfra sem og annarra faghópa þegar kemur að því að móta niðurskurðartillögurnar. IPÍ er ekki kunnugt um atvinnuleysi á meðal iðjuþjálfra enn sem komið er og vonandi verður engin breyting þar á. Stöndum vörð um störf okkar og gætum að því að ákvæði kjarasamninga og lögbundin réttindi okkar séu virt. Stöndum saman nú sem fyrr.



Siðanefnd 2009-2010

Í siðanefnd 2009-2010 sitja Hrefna K. Óskarsdóttir, Hulda Þórey Gísladóttir og Sigríður Bjarnadóttir. Varamenn eru Katla Kristvinsdóttir, Þórhildur Sveinsdóttir og Soffía Haraldsdóttir. Á heimasíðu Iðjubjálfafélags Íslands (IPÍ) er að finna upplýsingar um hvernig nálgast má nefndarmenn. Nefndinni hefur borist eitt erindi til umfjöllunar á árinu og er það í vinnslu, einnig hafa komið nokkrar óformlegar fyrirspurnir. Við hvetjum félagsmenn til að kynna sér siðareglur félagsins sem finna má á heimasíðu IPÍ.

Umfjöllun um siðareglur IPÍ

Í síðustu tölublöðum Iðjubjálfans hefur verið umfjöllun um siðareglur IPÍ og hefur hún verið í formi stuttra hugleiðinga, þar sem tekin er fyrir ein siðaregla hverju sinni. Ég hef verið beðin um að halda þessari umfjöllun áfram þrátt fyrir að ég sitji ekki lengur í siðanefnd. Þetta geri ég með glöðu geði, enda tel ég mikilvægt að við höldum siðferðilegri umræðu á lofti innan félags okkar. Það finnst mér vera eðlilegur þáttur í að þróa okkur áfram sem fagfólk og fagfélag. Mér finnst við hæfi nú þegar þjóðfélagið stendur á

miklum tímamótum að gera grein 4.3 að umræðuefni.

4.3. Iðjubjálfi hefur frumkvæði að og er virkur þátttakandi í stefnumótun heilsuefningar, hæfingar- og endurhæfingarþjónustu innan heilbrigðis-, félags- og menntakerfis.

Þátttaka á vettvangi ákvarðanatöku, stefnumótunar og stjórnunar fellur okkur misvel, en í ofangreindri siðareglu erum við hvött til þátttöku þrátt fyrir það. Uppbygging þjónustunnar skiptir jú miklu máli um hvernig til tekst. Auðvitað geta ekki allir verið í forsvari, en allir geta lagt sitt af mörkum með því að koma skoðunum á framfæri til þeirra sem með valdið fara, hvetja til umræðu á vinnustað, innan félagsins eða í opinberri umræðu. Það sem skiptir máli er að vera vakandi fyrir því sem er skjólstæðingum okkar í hag og að tala þeirra máli. Ennfremur er mikilvægt að vekja athygli á því sem betur má fara og fylgja því eftir af bestu getu og móta með sér hvetjandi viðhorf. Tökum við vel í hugmyndir og þegar frumkvæði er sýnt? Styðjum við nægjanlega vel við þá iðjubjálfa sem komist hafa til áhrifa innan kerfisins? Siðareglurnar eiga að vera okkur veg-

vísir í starfi og hvetja okkur til að staldra við og skoða málin.

Samfélagið er á tímamótum og mikil gerjun á sér stað á ýmsum stöðum. Verum opin fyrir þeim áhrifum sem við getum haft til hagsbóta fyrir skjólstæðinga okkar.

*Með kveðju fyrir hönd siðanefndar,
Guðrún Áslaug Einarsdóttir
iðjubjálfi og guðfræðingur*



- ❖ Rafeyri annast viðgerðir á hjálpartækjum fyrir fatlaða
- ❖ Rafeyri stefnir fram á veginn

Rafeyri ehf. — Norðurtanga 5 — 600 Akureyri — 461 1221
rafeyri@rafeyri.is — www.rafeyri.is



Fréttir frá fræðslu- og kynningarnefnd

Í Fræðslu- og kynningarnefnd 2009-2010 sitja Björg Hreinsdóttir, Brynhildur Guðmundsdóttir, Helga Kristín Gestsdóttir, Rakel Anna Másdóttir og Sigrún Jóna G. Eydal. Anne Grethe Hansen og Kristín Thorberg byrjuðu í nefndinni á síðasta aðalfundi og sátu fram í júní en þá komu nýir fulltrúar inn í þeirra stað. Karen Björg Gunnarsdóttir fór í fæðingarorlof á tímabilinu. Stöðugleiki hefur því ekki verið aðalsmerki nefndarinnar þetta árið. Helga Kristín gegnir formennsku í nefndinni en fyrir utan það skiptir nefndin ekki með sér hlutverkum.

Hlutverk nefndarinnar hefur tekið stakkaskiptum á undanförnu ári. Áður var aðalhlutverk nefndarinnar að hafa yfirumsjón með fræðslumálum innan félagsins. Nefndin sinnir því enn í dag ásamt því að vinna að kynningarmálum. Stærsta og viðamesta verkefnið er að halda utan um og skipuleggja hið árlega verkefni Skólatöskudaga.

Fræðslumál

Lítið hefur verið lagt upp úr fræðslufundum undanfarið og þess hefur verið spurt innan nefndarinnar hvort sameiginlegir fræðslufundir heyri sögunni til, þar sem þátttaka félagsmanna hefur verið takmörkuð. Nefndin hefur skoðað aðrar útfærslur á fræðslufundum þar sem nauðsynlegt er að slíkur vettvangur

sé til staðar. Þær leiðir sem hafa verið nefndar eru að hafa fundina á vinnutíma og að tengja þá starfi faghópa meðal iðjuþjálfra þannig að starf þeirra nýtist fyrir fleiri félagsmenn. Gaman er að geta þess að félagið skrifaði undir samning við Endurmenntun Háskóla Íslands nú í vor og því ætti að vera hægt að skipuleggja stærri og viðameiri námskeið í samvinnu við hana.

Skólatöskudagar

Í ár eru Skólatöskudagar haldnir í fjórða sinn á landsvísi að bandarískri fyrirmynd. Penninn-Eymundsson hefur styrkt verkefnið undanfarin ár og í fyrra hófst samvinna við Lýðheilsustöð og verkefnið „Göngum í skólann“ á vegum Íþróttasambands Íslands (ÍSF). Vinna hefur verið lögð í að endurhanna skólatöskúalfinn og útbúa lita-blöð og þrautablöð fyrir nemendur. Árið 2008 var þátttaka í verkefninu með ágætum, en um 70 iðjuþjálfar og iðjuþjálfanemar heimsóttu um 40 skóla eða 1920 nemendur. Tölur fyrir árið í ár eru ekki staðfestar en þátttaka var svipuð og í fyrra og heimsóttir voru um 40 skólar. Helsti munurinn milli ára er sá að þetta árið hittu iðjuþjálfar mun fleiri nemendur en árið á undan, eða um 3250 nemendur alls. Umfjöllun var um verkefnið í útvarpi, blöðum og netmiðlum. Hægt er að

nálgast skýrslu vegna Skólatöskudaga 2008 á www.sigl.is og eins gögn sem þeim tilheyra.

Kynningarmál

Nefndin hefur leitað til Ragnheiðar Eiríksdóttur, nýsköpunar- og þróunarstjóra hjá Bandalagi Háskólamanna (BHM), í tengslum við kynningarmál og leitað ýmissa leiða til að kynna iðjuþjálfun í samfélaginu. Kynningarherferð er kostnaðarsöm og því hafa verið farnar leiðir sem fela í sér lítinn kostnað en eru áhrifaríkar, t.d. í gegnum blöð, útvarp og netmiðla. Kynningarmál eru vaxandi verkefni í starfi nefndarinnar og hægt og rólega byggist upp þekking og reynsla í þessum málaflokki.

Að lokum

Fræðslu- og kynningarmál fela í sér samvinnu við félagsmenn til að árangur náist og því viljum við hvetja ykkur til að vera dugleg að aðstoða okkur við að koma með hugmyndir og útfæra þær. Því fleiri sem eru virkir því meiri líkur eru á góðum árangri.

Stöndum saman okkur sjálfum og faginu til hagsbóta!

*Með góðri kveðju fyrir hönd
fræðslu- og kynningarnefndar,
Helga Kristín Gestsdóttir
formaður*

Stoð hefur opnað starfsstöð í Orkuhúsinu að Suðurlandsbraut 34



Suðurlandsbraut 34 • Sími 565 1991



Trönuhrauni 8 • Hafnarfirði • Sími 565 2885

Nú færðu sömu frábæru þjónustuna, bæði í Hafnarfirði og í Reykjavík

STOÐ stod.is
Við styðjum þig

NÝJAR VÖRUR

í samningi við Sjúkratryggingar Íslands

Fastus er með samning við Sjúkratryggingar Íslands um 2 nýjar tegundir af hjúkrunar- og sjúkrarúmum og 2 nýjar tegundir af fólkslyfturum ásamt loftfestu lyftukerfi.



Loftfest lyftukerfi auðveldar fólksflutning



PRO-CARE OG HADLEY HJÚKRUNARRÚM FRÁ NEXUS

Vönduð og heimilisleg rafknúin hjúkrunarrúm með stillanlegum fjórskiptum rúmbotni. Einföld í notkun og allri umgengni.



STELLA STANDLYFTARI OG SOLE SEGLALYFTARI FRÁ ERGOLET

Nettir og afar meðfærulegir fólkslyftarar sem auðvelda flutning.



Höfum einnig mikið úrval af öðrum hjálpartækjum og heilbrigðisvörum svo sem loftdýnum, bjúgpumpum, bað- og salernishjálpartækjum ofl.

FASTUS

Kjaranefnd

– Lest þú launaseðilinn þinn?

Í kjaranefnd 2009-2010 sitja eftirtaldir Iðjubjálfar: Berglind Indriðadóttir, Dagný Þóra Baldursdóttir, Ólöf Leifsdóttir, Hulda Birgisdóttir, Helga Guðjónsdóttir, Ingibjörg Ólafsdóttir, Sigurbjörg Hannesdóttir og Bergdís Ösp Bjarkadóttir (í fæðingarorlofi). Netfang nefndarinnar er kjaranefnd.ii@sigl.is. Á heimasíðu Iðjubjálfafélags Íslands (ÍPÍ) er að finna eyðublað fyrir fyrirspurnir til kjaranefndar, undir hlekknum kjaramál. Hugmyndin á bak við eyðublaðið er annars vegar að tryggja það að allar nauðsynlegar upplýsingar berist nefndinni og hins vegar að flýta fyrir afgreiðslu fyrirspurna.

Fyrirspurnir til kjaranefndar

Kjaranefnd svaraði á þriðja tug fyrirspurna frá félagsmönnum varðandi kaup og kjör á starfsárinu 2008-2009. Margar þeirra snérist um hvernig skyldi skilgreina ný störf og röðun í launatöflu, en í kjölfar breyttra aðstæðna í efnahagsmálum bárust allnokkrar fyrirspurnir um réttmæti hagræðingaraðgerða á stofnunum, svo sem uppsagna á föstum greiðslum og öðrum kjörum. Því miður kom það í ljós að í einhverjum tilfellum beittu stofnanir ólögmætum vinnubrögðum, svo sem uppsögnum á kjarasamningsbundnum kjörum. Mikið og gott samstarf var við önnur félög innan Bandalags háskólamanna (BHM), ekki síst félaga okkar í SIGL, um samræmd viðbrögð þegar bregðast þurfti við slíkum aðgerðum. Einnig veitti forysta BHM og kjara- og réttindahópur bandalagsins góðan stuðning og ráðgjöf. Í nokkrum málum leitaði kjaranefndin álits lögfræðings BHM. Það kom því berlega í ljós að stór bakhjarl eins og BHM kemur sér vel þegar á reynir.

Nú í sumar og haust hafa kjaranefndinni ekki borist neinar fregnir eða fyrirspurnir frá félagsmönnum varðandi breytingar á kjörum í kjölfar niður-

skurðar eða annarra hagræðingaraðgerða. **Enn og aftur viljum við því hvetja félagsmenn til að fylgjast vel með sínum málum og láta okkur vita ef breytingar verða**, svo sem breytingar á launagreiðslum, skerðing á starfshlutfalli að frumkvæði stofnunar eða aðrar breytingar á ráðningarkjörum – það er mjög mikilvægt fyrir okkur að fá fregnir af því hvað er að gerast á vinnustöðunum. Einnig er rétt að minna á að stofnana-samningar eru í fullu gildi, þar með talið starfsaldurs- og lífaldurstengdar hækkanir þar sem samið hefur verið um þær. Og ef svarið við spurningunni í yfirskrift pistilsins er „nei“, er kominn tími til að renna yfir seðilinn! Nýlegt dæmi er um að ónýttur persónuafsláttur hafi „núllast“ á milli mánaða, þrátt fyrir að starfsmaðurinn ætti um 180 þúsund eftir þegar betur var að gáð.

Trúnaðarmenn

Sumar þeirra fyrirspurna sem kjaranefnd berast eru þess eðlis að vel upplýstir trúnaðarmenn á vinnustöðunum ættu að geta veitt svör við þeim. Í tengslum við trúnaðarmannanámskeið á vegum BHM í byrjun mars 2009, sendi kjaranefndin hvatningu til félagsmanna um að kjósa trúnaðarmenn á vinnustöðunum. Viðbrögðin voru mjög góð og er nú skráður trúnaðarmaður á flestum stærri vinnustöðum iðjubjálfa.

Sjóðir BHM

Nú þegar margir hafa minna á milli handanna vill kjaranefndin vekja athygli félagsmanna á sjóðum BHM. Athugið að stéttarfélagsgjöld eru dregin af launum félagsmanns hjá Iðjubjálfafélagi Íslands og eru þau 1,5% af dagvinnulaunum. Greiðslur í sjóðina eru hins vegar mótframlag frá vinnuveitanda og eru þær mismunandi hlutfall af launum eftir því um hvaða sjóð er að ræða.

Nokkrir sjóðir starfa á vegum BHM

eða í tengslum við BHM og má afla sér ítarlegra upplýsinga um starfsemi þeirra á vef BHM, www.bhm.is. Hér er hins vegar stutt ágrip af starfsemi og helstu úthlutunarreglum sjóðanna.

Elsti og stærsti sjóðurinn er **Orlofs-sjóður BHM**, sem hefur það markmið að auðvelda sjóðfélögum að njóta orlofs. Sjóðurinn á yfir 40 húseignir víða um land, þar af eru yfir 30 í heilsársnotkun. Aðildin verður virk um leið og byrjað er að greiða í sjóðinn þannig að félagsmenn geta strax fengið orlofshús utan sumarorlofstíma ef þau eru laus, en þá gildir reglan fyrstur kemur fyrstur fær. Á sumarorlofstíma er hins vegar úthlutað samkvæmt umsóknum og punktakerfi og þá fær sá úthlutað sem á flesta punkta.

Sjúkrasjóður BHM er aðeins opinn félagsmönnum aðildarféлага sem starfa á almennum vinnumarkaði. Hlutverk sjóðsins er að veita fjárhagsaðstoð í nánar tilteknum tilvikum, og styðja við endurhæfingu og forvarnir samkvæmt nánari úthlutunarreglum. Réttindi félagsmanna í sjóðinn verða virk þegar greiðslur hafa borist sjóðnum í sex mánuði samfelld.

Styrktarsjóður BHM er fyrir starfsmenn ríkisins, sveitarféлага og sjálfs-eignarstofnana. Markmið sjóðsins er að styrkja sjóðfélaga með fé og koma þannig til móts við tekjutap vegna ólaunaðrar fjarveru vegna veikinda eða annarra persónulegra aðstæðna. Einnig er markmiðið að bæta útgjöld vegna ýmiss konar heilbrigðisþjónustu og óvæntra áfalla sjóðfélaga. Sömuleiðis verða réttindi félagsmanna virk þegar greiðslur sex mánaða hafa borist sjóðnum en þar af þurfa þrír mánuðir að vera samfelld. Við hvetjum félagsmenn til að kynna sér nánar úthlutunarreglur sjóðs-

ins <http://www.bhm.is/media/styrktarsjodur/090701%20Starfsreglur%20STBHM.pdf>

Styrktarsjóður sér nú um greiðslu fæðingarstyrkja og hefur tekið við því hlutverki af Fjölskyldu- og styrktarsjóði (FOS) – sjá nánar undir *Varðandi fæðingarorlof*.

Starfsmenntunarsjóður BHM var stofnaður með samkomulagi BHM og ríkisins þann 5. september 1980. Flestir háskólamenn sem starfa hjá hinu opinbera eiga aðild að STRIB.

Þessi sjóður var fyrst og fremst hugsaður fyrir ríkisstarfsmenn en nú geta allir félagsmenn innan BHM sótt um aðild að sjóðnum þó að þeir séu á almenna vinnumarkaðnum. Í þeim tilfellum þarf að sækja um það sérstaklega. Til að eiga rétt á styrk úr sjóðnum þurfa greiðslur frá vinnuveitanda með sjóðsaðild að hafa borist í sjóðinn í að minnsta kosti eitt ár samfellt og félagsmaður má ekki hafa hlotið hámarksfyrirgreiðslu síðastliðin

tvö ár. Réttindi safnast ekki fyrir í sjóðnum og það að hafa aldrei sótt um kemur sjóðfélaga ekki til góða nema ef sjóðurinn er rýr en þá njóta þeir forgangs sem aldrei hafa fengið úthlutað áður.

Varðandi fæðingarorlof

Fæðingarstyrkur er ein greiðsla upp á 170.000 kr og hægt er að sækja um þennan styrk úr Styrktarsjóði BHM. Miðað er við hvern félagsmann sem sækir um, það er báðir foreldrar séu félagsmenn í stéttarfélagi innan BHM geta báðir sótt um fæðingarstyrk. Athugið að skila þarf inn fæðingarvottorði og afriti af síðasta launaseðli. Við bendum einnig á mikilvægi þess að merkja við á umsókn um fæðingarorlof að félagsgjald í stéttarfélag sé greitt af greiðslum úr Fæðingarorlofssjóði. Ef ekki eru greidd stéttarfélagsgjöld á meðan á fæðingarorlofi stendur, falla öll réttindi hjá stéttarfélagi viðkomandi niður.

Kjaranefndin þakkar ykkur fyrir samstarfið og hvetur ykkur enn og aftur til að hafa samband ef spurningar vakna varðandi kaup og kjör. Við horfum björtum augum til framtíðar enda mörg tækifæri í boði fyrir iðjuþjálfá á Íslandi í dag. Þar má meðal annars nefna breyttar áherslur hvað varðar starfsendurhæfingu í samstarfi við starfsendurhæfingarsjóð og með aðkomu sérstakra ráðgjafa á vegum stéttarfélaganna. Hafið augun opin!

*Með kveðju fyrir hönd kjaranefndar,
Berglind Indriðadóttir
formaður*

WWW.DALE.IS

// NÁÐU FRAM ÞVÍ BESTA

„VIÐ VINNUM MEÐ STJÓRNENDUM FYRIRÆKJA AÐ ÞVÍ AÐ AUKA ÁRANGUR, MEÐ ÞVÍ AÐ EFLA HÆFNI STARFSFÓLK.“

VILTU

- ... ná forskoti?
- ... efla sjálfstraustið?
- ... verða betri í mannlegum samskiptum?
- ... efla leiðtogahæfileikana?
- ... bæta tjáningarhæfnina?
- ... draga úr áhyggjum, streitu og kvíða?
- ... setja þér raunhæf markmið?
- ... bæta þig í tímastjórnun?



DALE CARNEGIE®
ÞJÁLFUN

FRÍR KYNNINGARTÍMI

HRINGDU OG TRYGGÐU ÞÉR SÆTI Í SÍMA 555-7080

EÐA SENDU OKKUR LÍNU Á UPPLYSINGAR@DALE.IS

Ég hafði miklar væntingar til Dale Carnegie námskeiðsins og fór á það af heilum hug. Mér er óhætt að segja að það hafi farið langt út yfir allar mínar væntingar. Námskeiðið hjálpaði mér að verða öruggari með sjálfa mig og það sem ég stend fyrir sem fagaðili. Ég vinn mikið með skjólstæðingum í hópum og finn að ég nýt þess mun betur nú en áður. Ég er líka að takast á við ýmsar áskoranir sem ég vil þakka Dale Carnegie, mér er nærtækast að nefna eins árs nám í hugrænni atferlismeðferð. Ég veit að þau verkfæri sem námskeiðið veitti mér efla mig í því að bæta þá þjónustu sem ég veiti skjólstæðingum mínum. Eftir á hugsa ég: Ég vildi að Dale Carnegie hefði orðið fyrir á vegi mínum.
- Petrea Guðný Sigurðardóttir, iðjuþjálfari

Ath. stéttarfélag og starfsmenntasjóðir niðurgreiða þjálfun í mörgum tilfellum bæði til einstaklinga og fyrirtækja.

Beinum athyglinni að einstaklingum á ný með Dale Carnegie þjálfun - upprunalegu og enn bestu leiðinni til að þróa mannlegu hliðina.

VIRK

– Starfsendurhæfingarsjóður



■ Sigurður Þór Sigursteinsson,
sérfræðingur/iðjupjálfi
Virki – Starfsendurhæfingarsjóður
www.virk.is

Í febrúar síðastliðnum hóf ég störf hjá VIRK Starfsendurhæfingarsjóði og var ráðinn þar inn sem sérfræðingur á sviði starfsendurhæfingar. Í þessari grein ætla ég að fara yfir hlutverk, stefnu og verkefni Starfsendurhæfingarsjóðs og einnig að koma inn á hlutverk ráðgjafa á sviði starfsendurhæfingar og hvernig staðan er í dag.

Stofnaðilar Starfsendurhæfingarsjóðs eru: Alþýðusamband Íslands, Samtök atvinnulífsins, Bandalag starfsmanna ríkis og bæja, Bandalag háskólamanna, Kennarasamband Íslands, fjármálaráðherra, Reykjavíkurborg og launanevnd sveitarfélaga. Sjóðurinn byggir á samkomulagi um nýtt fyrirkomulag starfsendurhæfingar í kjarasamningum á vinnumarkaði á árinu 2008.

Stefnt er að því að í heild verði ráðstafað 0,39% af launum til Starfsendurhæfingarsjóðs. Í fyrsta áfanga greiða atvinnurekendur 0,13% af öllum launum og í öðrum áfanga sem hefst á árinu 2009 er miðað við að ríkissjóður leggi Starfsendurhæfingarsjóði til sömu upphæð og launagreiðendur. Í þriðja áfanga sem hefst í ársbyrjun 2010 er stefnt að því að lífeyrissjóðir komi inn með sama framlag og launagreiðendur.

Hjá VIRK starfa níu einstaklingar í 6,5 stöðugildum. Framkvæmdastjóri, sjúkraþjálfari, iðjupjálfi, félagsráðgjafi, endurhæfingarlæknir, hjúkrunarfræðingur, kennslufræðingur og starfsmenn sem sjá um bókhald og skrifstofuna.

Hlutverk og stefna

Hlutverk Starfsendurhæfingarsjóðs er að draga markvisst úr líkum á því að launafólk hverfi af vinnumarkaði vegna varanlegrar örorku, með aukinni virkni, eflingu endurhæfingar og öðrum úrræðum.

Ef starfshæfni einstaklinga er skert eða henni er ógnað vegna heilsubreysts geta þeir leitað aðstoðar hjá ráðgjöfum stéttarfélaganna um allt land. Þessir ráðgjafar eru sérhæfðir í að aðstoða einstaklinga við að efla færni sína og vinnugetu. Þeir hafa einnig aðgang að hópi ólíkra sérfræðinga og fjölbreyttri þjónustu.

Verkefni

Starfsendurhæfingarsjóður skipuleggur og hefur umsjón með störfum ráðgjafa sem starfa á vegum stéttarfélaganna og munu aðstoða einstaklinga sem þurfa á endurhæfingu að halda. Hann greiðir kostnaðinn af störfum ráðgjafanna ásamt því að hafa umsjón og eftirlit með starfi þeirra og veita þeim faglegan stuðning.

Sérstök áhersla er lögð á snemmbært inngríp með starfsendurhæfingarúrræðum í samstarfi við stéttarfélögin og atvinnurekendur og kemur starfsendurhæfingarsjóður til með að greiða kostnað af ráðgjöf ýmissa fagaðila um mótun sérstakrar einstaklingsbundinnar endurhæfingaráætlunar, svo sem lækna, sálfræðinga, iðjupjálfa, sjúkraþjálfa, félagsráðgjafa, náms- og starfsráðgjafa og svo framvegis.

Starfsendurhæfingarsjóður leggur

rika áherslu á að eiga gott samstarf við hagsmunaaðila í starfsendurhæfingu um allt land, heilsugæslu, opinberar stofnanir, fagaðila, stéttarfélög, lífeyrissjóði og atvinnurekendur.

Hlutverk ráðgjafa í starfsendurhæfingu

Eins og áður hefur komið fram mun Starfsendurhæfingarsjóður greiða kostnað af störfum ráðgjafanna og allir ráðgjafarnir hafa sinn tengilið hjá honum. Þaðan fá ráðgjafarnir faglegan stuðning og leiðbeiningar varðandi þá vinnu sem er í gangi vegna einstaklinganna. Þessi stuðningur getur meðal annars verið á þann hátt að fara yfir stöðu einstaklingana út frá þeim skimunarlistum sem ráðgjafarnir nota og meta næstu skref. Ef það er ljóst að einstaklingurinn hefur þörf fyrir að fara í greiningarviðtal hjá sálfræðingi þarf ráðgjafinn að geta rökstutt það út frá skimunarlistunum.

Allir ráðgjafarnir fá þjálfun og kennslu. Þeir voru nýlega á vikunámsskeiði hjá okkur þar sem þeir voru þjálfaðir í að nota þau verkfæri og þá hugmyndafræði sem við vinnum eftir.

Tengsl við atvinnurekendur

Starfsendurhæfingarsjóður leggur áherslu á að eiga gott samstarf við atvinnurekendur um allt land, samstarf sem miðar að því að auka starfshæfni fólks á vinnumarkaði og styrkja þannig atvinnulíf og samfélag. Atvinnurekendur geta leitað upplýsinga hjá ráðgjöfum stéttarfélaganna eða sérfræðingum Starfsendurhæfingarsjóðs um úrræði, vegna starfsmanna með skerta vinnugetu eða langvinn veikindi. Atvinnurekendur geta einnig bent starfsmönnum sínum á að hafa samband við ráðgjafa hjá stéttarfélögum ef um er að ræða skerta vinnugetu.

Staðan í dag

Í stéttarfélagunum starfa í dag 14 ráðgjafar sem Starfsendurhæfingar-sjóður ber kostnað af. Á næstunni munu 2-3 ráðgjafar hefja störf. Þessir ráðgjafar hafa hitt mjög marga einstaklinga sem búa við misjafna stöðu. Margir koma og hitta ráðgjafana þegar þeir koma inn í sjúkrasjóði, sumir eru enn þá í veikindaleyfi hjá vinnuveitanda og nokkrir eru enn í starfi, en eru komnir í ákveðið veikindamynstur þannig að gripið er inn í strax og áætlun sett í gang í samstarfi við atvinnurekanda, ráðgjafa og lækni eða annan meðferðaraðila einstaklingsins. Í nokkrum tilfellum hefur niðurstaðan orðið sú að viðkomandi starfsmaður minnkar við sig vinnu tímabundið, fer í ákveðin úrræði sem hafa verið metin og heldur þar af leiðandi vinnusambandinu og vinnan er hluti af endurhæfingunni.

Fókúsin hjá Starfsendurhæfingar-

sjóði og ráðgjöfum sem eru í stéttarfélagunum er alltaf á vinnuna og vinnusambandið. Ef einstaklingur kemur til ráðgjafa er ein af fyrstu spurningunum hvort viðkomandi sé með vinnusamband og ef svo er þá er unnið með það.

Fyrir utan beina vinnu við að sinna ráðgjöfunum erum við hjá Starfsendurhæfingar-sjóði með mörg verkefni í gangi. Það eru t.d. kynningar á öllum heilsugæslum á landinu, kynningar fyrir stjórnendur fyrirtækja varðandi það að mynda strax tengingu ef þeir eru með starfsmenn í veikindaleyfi, verkefni með lífeyrissjóðum, vinna með nýtt starfshæfnismat (örorkumat) og fleira. Hugmyndir að nýju starfshæfnismati er sú skimun eða það mat sem ráðgjafarnir vinna með einstaklingunum og er hluti af nýju starfshæfnismati. Vinnan með nýtt starfshæfnismat er mjög spennandi og þar koma margir að.

Í heildina er þetta mjög spennandi starf og mikið að gerast. Á þessum vettvangi er gripið inn mun fyrir í ferlinu heldur en við iðjuþjálfar erum kannski vanir að gera. Það er mikilvægt að hafa í huga að sá tími sem fólk er í veikindaleyfi er mislangur, allt frá þremur mánuðum upp í heilt ár. Þetta er mjög mikilvægur tími sem þarf að nýta vel, en allt of oft eru ráðgjafarnir að hitta fólk sem er að klára sinn rétt og lítið sem ekkert hefur verið unnið með. Það er mikil vinna fram undan hjá okkur og mikilvægt að það komi fram að við erum ekki úrræði, en nýtum öll þau úrræði sem eru til staðar í dag og vísum einstaklingum þangað ef þörf er á. Það þarf meiri fjölbreytni í starfsendurhæfingarúrræði hér á Íslandi í dag, fleiri úrræði sem tengja fólk með skerta starfsgetu beint út á vinnu-markaðinn og vonandi getum við haft áhrif til að finna þau.



www.oryggi.is

Aukin þjónusta með öryggishnapp

- Reykskynjari beintengdur vaktmiðstöð fylgir hverjum hnapp.
- Hjá Öryggismiðstöðinni eru hjúkrunarfræðingar á vakt allan sólarhringinn.

Hringdu í **570 2400** og fáðu öruggari öryggishnapp!



Helsinkifarar

– Norrænt málþing iðjubjálfa í starfsendurhæfingu



■ Sif Þórsdóttir
iðjubjálfi í atvinnulegri
endurhæfingu Reykjalundi



■ Sigurður Þór Sigursteinsson
sérfræðingur/iðjubjálfi
Virk – Starfsendurhæfingarsjóður



■ Unnur St. Alfreðsdóttir
verkefnastjóri/iðjubjálfi
Janus endurhæfing ehf

Fimm iðjubjálfar frá Íslandi fóru á fyrsta norræna málþingið um starfsendurhæfingu/atvinnuendurhæfingu (vocational rehabilitation) sem haldið var í Helsinki 1. og 2. september síðastliðinn. Efni málþingsins var: Atvinnuendurhæfing, matstæki og markaðssetning (vocational rehabilitation, assessment and marketing) og skiptist dagskrá málþingsins í fyrirlestra, pallborðsumræður og vinnuhópa báða dagana. Margir virtir og þekktir iðjubjálfar innan starfsendurhæfingar voru með erindi en aðrir fundarmenn tóku virkan þátt í umræðum og hóp-vinnu. Fundarmenn voru sammála um nauðsyn þess að skilgreina betur hlutverk iðjubjálfa í atvinnuendurhæfingu og að vinna að því að markaðssetja og styrkja stöðu iðjubjálfa innan atvinnuendurhæfingar. Formenn norrænu félaganna komu allir inn á það hvernig niðurstaða málþingsins yrði þróuð áfram í viðkomandi félagi. Til stendur að stofna faghóp iðjubjálfa innan atvinnuendurhæfingar á Íslandi.

Lýsandi lykilorð

Atvinnuendurhæfing, starfsendurhæfing, norrænt málþing, faghópur

Dagana 1. og 2. september síðastliðinn var haldið norrænt málþing í Helsinki fyrir iðjubjálfa sem vinna við starfsendurhæfingu/atvinnuendurhæfingu (vocational rehabilitation). Ákveðið hafði verið árið áður á fundi formanna norrænu iðjubjálfafélaganna að halda norrænt málþing í tengslum við formannafundina og taka þá fyrir ákveðið sérsvið innan iðjubjálfunar. Atvinnuendurhæfing varð fyrst fyrir valinu. Gestir málþingsins voru alls 37 og skiptust nokkuð jafnt á Norður-

löndin, flestir frá Finnlandi (11) og fæstir frá Færeyjum (2). Tungumál málþingsins var enska og efnið var: Atvinnuendurhæfing, matstæki og markaðssetning (vocational rehabilitation, assessment and marketing).

Frá Íslandi fóru auk formanns og varaformanns Iðjubjálfafélags Íslands (ÍÞÍ) höfundar þessa pistils. Ferðalagið til Finnlands gekk snurðulaust. Flest okkar voru að koma til Finnlands í fyrsta skipti með ákveðnar væntingar um glæsilegan arkitektúr og hönnun sem Finnar eru frægir fyrir. Helsinki olli svo sannarlega ekki vonbrigðum, falleg borg, maturinn góður og Finnar vingjarnlegir heim að sækja. Ekki ósvipaðir Íslendingum að yfirbragði fannst okkur!

Dagskrá málþingsins skiptist í fyrirlestra, pallborðsumræður og vinnuhópa báða dagana. Þeir sem héldu fyrirlestra voru meðal annars Elin Ekbladh og Jan Sandqvist, iðjubjálfar og fræðimenn við háskólann í Lindköping í Svíþjóð. Þau héldu fyrirlestra um matstæki sem eru notuð í Svíþjóð innan atvinnuendurhæfingar. Fræðilegan grunn Assessment of Work Performance (AWP), Assessment of Work Characteristics (AWC), The Worker Role Interview (WRI) og The Work Environment Impact Scale (WEIS) matstækjanna. Auk ávinningsins af notkun fræðilegra matstækja innan atvinnuendurhæfingar og samþættrar notkunar WRI-WEIS (interviewed based instrument) og AWP-AWC (observation based instrument).

Randi Wågø iðjubjálfi og vísindamaður (senior research scientist) frá IRIS, Alþjóðlegu rannsóknarstofnuninni í Stavanger, hélt fyrirlestur um

International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) og Return to Work (RTW). Hún velti meðal annars upp spurningum eins og hvort ICF væri inni í menntun iðjuþjálfra og hvort RTW þekkingargrunnur væri hluti af menntun iðjuþjálfra og hvort þörf væri á því, einnig hvort þörf væri á sérstakri útgáfu af ICF í atvinnuendurhæfingu.

Toini Harra, iðjuþjálfri og kennari við Helsinki Metropolia University of Applied Sciences, hélt fyrirlestur um siðferðilegar hliðar á starfshæfnismati (Ethical aspects of vocational assessment). Hún velti upp spurningum eins og hvort starfshæfnismat hjálpi einstaklingi að fá atvinnu við hæfi, og hvaða skammvinnu eða langvinnu áhrif starfshæfnismat gæti haft á líf einstaklingsins. Hún ræddi einnig um hvort niðurstaða starfshæfnismats verði að liði við ákvörðunartöku í endurhæfingu.

Einnig voru haldnir fyrirlestrar af öðrum en iðjuþjálfum og má þar nefna fulltrúa frá Tryggingastofnun Finnlands (The Social Insurance Institution of Finland) sem talaði um áhrif atvinnuendurhæfingar á þjóðfélagið og nauðsyn þess að meta stöðu og möguleika einstaklings sem er um það bil að detta út af vinnumarkaði og hlutverk iðjuþjálfra í því ferli.

Báða dagana voru pallborðsumræður og vinnuhópar störfuðu. Umræðuefni vinnuhópanna voru: 1. Hverjir eru skjólstæðingar atvinnuendurhæfingar. 2. Ný störf á ört breytilegum vinnumarkaði. 3. Hver ber ábyrgð á starfshæfnismatinu.

Umræðurnar voru fjörugar, fræðandi og fumlausar. Það var greinilegt að okkur öllum þótti kærkomið að hitta starfsfélaga frá hinum Norðurlöndunum, ræða málin og skiptast á skoðunum. Fundarmenn voru sammála um að nauðsynlegt væri fyrir iðjuþjálfra að vinna að því að markaðssetja og styrkja stöðu iðjuþjálfra innan atvinnuendurhæfingar. Verkefnið sem verður unnið með áfram er að skilgreina betur hlutverk iðjuþjálfra í atvinnuendurhæfingu og var myndað tengslanet til að fylgja því eftir. Formenn félaganna



■ Hópurinn



■ Slakað á í hléi

okkar ræddu allir um það hvernig niðurstaða málþingsins yrði þróuð áfram í viðkomandi félagi. Ekki hafði unnist mikill tími á málþinginu til að ræða hvernig atvinnuendurhæfing er í boði í hverju landi og hvað við sem vorum þarna störfum nákvæmlega við. Rætt var um það að á næsta málþingi þessa hóps yrði rætt um þennan þátt atvinnuendurhæfingar.

Eftir þessa tvo daga má segja að við höfum verið eins og undnar tuskur, búin að einbeita okkur af öllum mætti og tala íslensku, dönsku, sænsku og ensku á víxl. Eftir að hafa hvílst vel héldum við heim á leið sammála um að þetta hefði verið bæði ánægjulegt og

fróðlegt málþing og góð ákvörðun á formannafundi árið áður að halda slík málþing. Við þrjú vorum sammála um að gaman hafi verið að hitta þarna á sama stað alla formenn norrænu iðjuþjálfafélaganna og sjá andlitin á bak við nöfnin. Það sem tekur við hjá okkur núna er að stofna faghóp iðjuþjálfra innan atvinnuendurhæfingar, efla okkur og styrkja og vinna meðal annars úr þeim hugmyndum sem við fengum í Helsinki. Stofnfundurinn verður auglýstur á heimasíðu IPÍ og póstur sendur á félagsmenn.

Átak fyrir atvinnuleitendur í Hlutverkasetri



■ Guðrún Helga Ólafsdóttir
iðjupjálfi
Hlutverkasetur
www.hlutverkasetur.is



■ Kristín G. Sigursteinsdóttir
iðjupjálfi
Hlutverkasetur
www.hlutverkasetur.is

Hlutverkasetur var stofnað árið 2005 og hefur þar farið fram atvinnuleg endurhæfing frá desember 2007. Meginmarkmið Hlutverkaseturs er að styðja fólk til vinnu eða náms, nýta þekkingu og reynslu fólks, auka þátttöku þess í samfélaginu og skapa hlutverk. Í Hlutverkasetri er þeim sem misst hafa hlutverk sín vegna sálfélagslegra hindrana veittur stuðningur. Hlutverk eru fólki mikilvæg og skilgreinir það sig eftir þeim hlutverkum sem það sinnir, t.d. sem starfsmaður, nemandi, foreldri og svo framvegis.

Hlutverkin skapa daglega rútínu, gefa tilgang og móta sjálfsmyndina (Creek og Lougher, 2008; Kielhofner, 2002, 2007). Hluti af atvinnulegu endurhæfingunni er að styðja fólk til að endurheimta fyrri hlutverk eða finna sér ný, meðal annars með greiningarvinnu, einstaklingsstuðningi, viðtölum, aðstoð við að setja markmið og framfylgja þeim, hópavinnu og námskeiðum.

Í kjölfar efnahagshrunsins haustið 2008 dró úr eftirspurn í atvinnulega endurhæfingu í Hlutverkasetri. Fullfrískt fólk missti atvinnu sína í hrönnunum og þeir sem höfðu skerta starfsgetu misstu vonina, trúðu ekki að þeir ættu neitt erindi á atvinnumarkaðinn. Upp frá því fór starfsfólkið að velta því fyrir sér hvaða möguleikar væru í stöðunni og hvernig hægt væri að bregðast við ástandinu. Þörfin á að koma til móts við atvinnuleitendur var brýn og mikilvægt að fyrirbyggja heilsubrest og niðurbrot sem oft eru fylgifiskar langvarandi atvinnuleysis. Við það að missa vinnuna, missa einstaklingar jafnframt eitt af stærstu hlutverkum sínum. Vinnan hefur ekki aðeins fjárhagslegan ávinning heldur einnig félagslegt gildi og er hluti af daglegu skipulagi (Creek og Lougher, 2008; Jón Sigurður Karlsson, 1992; Kielhofner, 2002, 2007; Stein og Cutler, 2002). Í upphafi ársins 2009 hófum við því átak fyrir atvinnuleitendur, jafnframt því að bjóða upp á atvinnulega endurhæfingu. Með góðu samstarfi og stuðningi frá Verslunarmannafélagi Reykjavíkur (VR) gat Hlutverkasetur boðið upp á fjölbreytt námskeið. Lögð var áhersla á að námskeiðin væru skemmtileg, fræðandi og ættu erindi til

fólks á öllum aldri. Við skipulagninguna nýttum við það sem við höfðum þegar í boði ásamt því að bæta við námskeiðum. Þannig var fólk hvatt til að vera virkt og reynt að koma í veg fyrir að það einangraðist og missti trúna á sjálft sig. Við höfum skapað jákvæðan vettvang fyrir fólk til að hittast á, gefa af sér, tengjast og eiga ánægjulegar stundir saman. Einnig höfum við hvatt fólk til að leggja sitt af mörkum og hafa margir boðið fram krafta sína og þekkingu, bæði atvinnuleitendur sem og fólk sem er í vinnu með alls kyns námskeiðum.

Þessi viðbót hefur haft jákvæð áhrif á starfsemi Hlutverkaseturs. Á sama tíma og atvinnuleitendur eru góðar fyrirmyndir og hvatning fyrir aðra hafa þeir aukið fjölbreytileikann á staðnum. Hlutverkasetur tekur nú þátt í forvarnastarfi ásamt mörgum öðrum, meðal annars Rauða krossi Íslands, íþróttafélögum, nýsköpunarmiðstöðvum, kirkjunni og atvinnumálastofnun. Fólk sem sækir Hlutverkasetur viðheldur starfsorku sinni með því að halda sér virku og tekur þátt í verkefnum sem hafa jafnframt jákvæð áhrif á aðra.

Heimildaskrá

- Creek, J. (2008). The knowledge base of occupational therapy. Í J. Creek og L. Lougher (ritstj.), *Occupational therapy and mental health* (bls. 40-41). Edinburgh: Churchill Livingstone.
- Jón Sigurður Karlsson (1992). *Samhengi atvinnuleysis og (van)líðanar*. Sótt 16. janúar 2009, frá <http://persona.is/index.php?action=articles&method=display&aid=185&pid=11>
- Kielhofner, G. (2002). *Model of human occupation: theory and application*. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Kielhofner, G. (2007). *Model of human occupation: theory and application*. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Stein, F. og Cutler, S. K. (2002). *Psychosocial occupational therapy: A holistic approach* (2. útg.). Australia: Delmar Thomson Learning.

Um idjuthjalfun.is

– www.idjuthjalfun.is

Vefsíðan idjuthjalfun.is var upphaflega opnuð 24. október 2008 og þá sem verkefni nemenda sem voru á fjórða ári í iðjuþjálfun við Háskólann á Akureyri. Markmiðið með síðunni var að kynna iðjuþjálfun fyrir Íslendingum. Vefsíðan var í senn ætluð almenningi og fagmönnum, þar á meðal starfandi iðjuþjálfum, og því var frá fyrsta degi ákveðið að safna saman sem mestu af aðgengilegum upplýsingum um iðjuþjálfun á einn stað.

Í fyrstu voru aðallega sett inn gömul verkefni frá nemendum í iðjuþjálfun. Þetta voru verkefni sem talið var að gætu nýst almenningi og starfandi iðjuþjálfum. Fljótlega vatt verkefnið upp á sig og settar voru inn upplýsingar frá iðjuþjálfum sem eru starfandi víðs vegar um landið.

Áhersla var lögð á að hafa uppbyggingu vefsíðunnar fagmannlega en í senn

einfalda. Mikill áhugi kom fljótlega fram meðal nokkurra nemenda á að viðhalda vefsíðunni eftir útskrift, enda mikilvægt að kynna iðjuþjálfun frekar hér á landi.

Á idjuthjalfun.is má nú finna fréttir um iðjuþjálfun á Íslandi, greinar sem tengjast faginu, tengla yfir á gagnlegar vefsíður og fjöldann allan af útgefnu efni. Má þar nefna blaðið Iðjuþjálfanemenn (útskriftarblað iðjuþjálfanema) á tölvutæku formi, kynningu á starfsemi iðjuþjálfna víðs vegar um landið, gömul nemendaverkefni (sem aðrir geta vonandi nýtt sér) og upplýsingar um hin ýmsu matstæki sem iðjuþjálfar nýta sér nú þegar.

Vefsíðan er enn í þróun og það er von okkar að hún stækki og eflist með tímanum. Vefurinn er kjörinn vettvangur fyrir markaðssetningu og upplýsingamiðlun sem iðjuþjálfar verða að

nýta sér. Við hvetjum alla sem vilja bæta við efni eða koma með hugmyndir að þróun vefsins að senda okkur póst á idjuthjalfun@idjuthjalfun.is.

*Fyrir hönd ritstjórnar idjuthjalfun.is
Sigurður Hólm Gunnarsson
iðjuþjálfari*

Að lokum viljum við þakka:

- * Elínu Ebbu Ásmundsdóttur fyrir að trúa á þann eldmód sem í okkur býr
- * Iðjuþjálfafélagi Íslands og iðjuþjálfunarbraut Háskólans á Akureyri fyrir stuðning og sveigjanleika



STYRKJARLÍNUR:

**Gigtarfélag Íslands
Ármúla 5
Reykjavík**

**Sjálfsbjörg
Endurhæfingarstöð
Akureyri**



Forsíðumyndasamkeppni

– innsendar myndir

Ritnefnd hvatti iðjubjálfa og iðjubjálfa-nema til að taka þátt í samkeppni um forsíðu á 31. árgang Iðjubjálfans. Eins og áður hefur komið fram var það iðjubjálfaneminn Erica do Carmo sem hlaut þann heiður að sjá mynd sína prýða forsíðuna. Hér fyrir neðan birtum við myndir hinna þriggja þátt-takenda keppinnar í engri sérstakri röð.



■ Hjördís Anna Benediktsdóttir



■ Sigríður O. Guðjónsdóttir

*Ritnefnd þakkar kærlega
fyrir þátttökuna.*



■ Sigrún Garðarsdóttir

Bókarhorn

– Að endurvekja lífsneistann hjá fólki með heilabilun

Bókin er skrifuð af Jane Verity, dönskum iðjubjálfa sem hefur starfað og búið í Ástralíu í fjöldamörg ár. Hún hefur starfað innan heilabilunargeirans en hún hefur einnig persónulega reynslu af heilabilun þar sem móðir hennar var með sjúkdóminn. Jane á því auðvelt með að setja sig í spor aðstandenda. Undanfarin ár hefur hún fyrst og fremst stundað fyrirlestrahald og fræðslu en hún er mjög vinsæl og eftirsótt á því sviði. Hún hefur meðal annars haldið námskeið hér á landi.

Jane er sannfærð um að hægt sé að endurvekja lífsneistann hjá þeim sem þjást af heilabilun. Hún hefur því sett sér það takmark að breyta afstöðu samfélagsins til heilabilunar. Jane vill hjálpa fólki með heilabilun, aðstandendum þeirra og starfsfólki að halda í vonina og bjartsýnina, svo lífið verði skemmtilegra og innihaldsríkara. Í bókinni eru tillögur að daglegum athöfnum sem fólki með heilabilun getur haft gagn og gleði af. Þar má einnig finna ýmsar upplýsingar, fróðleiksmola og mörg hagnýt ráð, sem henta bæði þeim sem eru með sjúkdóminn á byrjunarstigi og þeim sem eru með lengra genginn sjúkdóm.

Haft er eftir höfundinum:

„Margoft hef ég orðið fyrir því þegar ég hef haldið fyrirlestra mína, að ættingjar fólks með heilabilun sem hafa hlustað á mig koma til mín og segja: „Bara að ég hefði kynnst þessum boðskap fyrr, þá hefði ég gert svo margt öðruvísi og við hefðum verið miklu sáttari.““

Boðskapurinn í þessari bók snýst um að styrkja þá sem hafa samneyti við fólki með heilabilun til að treysta eigin tilfinningum og að sýna fram á hvernig hægt er að standa með sjálfum sér, tilfinningum sínum og því sem maður trúir á.

Þýðandi: Ingibjörg Pétursdóttir, iðjubjálfi.

Útgefandi: Félag áhugafólks og aðstandenda Alzheimerssjúklinga og annarra skyldra sjúkdóma (FAAS).

Hægt er að nálgast bókina á heimasíðu FAAS: www.alzheimer.is. Þar er einnig að finna upplýsingar um annað útgefið efni.

*Með kveðju,
Ingibjörg Pétursdóttir
iðjubjálfi*



Heilsuhópur

– undirbúningur og framkvæmd



■ Ósk Sigurðardóttir
yfiriðjupjálfi

Barna- og unglingageðdeild Landspítala
Háskólasjúkrahúss (BUGL)

Meðferðarúræði ætlað unglingum í ofþyngd á aldrinum 13-17 ára og aðstandendum þeirra. Áhersla er á sjálfstyrkingu og félagsfærni unglinganna, einnig að koma jafnvægi á mataræði og virkni. Foreldrar fá fræðslu og stuðning við að takast á við breytingar hjá unglingnum. Í unglingahópnum eru notaðar aðferðir ævintýra- meðferðar og hugrænnar atferlismeðferðar (HAM). Í aðstandendahópnum er byggt á Calgary-fjölskyldu-hjúkrunarlíkaninu. Hópurinn hittist vikulega, unglingar í átta skipti og aðstandendur í sex skipti. Námskeiðinu lýkur með lokakvöldi fyrir alla fjölskylduna.

Hópuræðið Heilsuhópurinn

Í lok síðasta árs, vegna mikillar eftirspurnar, var hafist handa við að koma á laggirnar nýju hópuræði fyrir unglinga í yfirþyngd á Barna- og unglingageðdeild Landspítala Háskólasjúkrahúss (BUGL). Undirrituð byrjaði ásamt Jóhönnu Kristínu Jónsdóttur sálfræðingi að setja saman efni og það kom fljótt í ljós að til að árangur yrði enn betri væri nauðsynlegt að fá foreldrana með í hópinn. Við fengum

þá til liðs við okkur tvo hjúkrunarfræðinga, þær Margréti Gísladóttur og Áslaugu Kristjánsdóttur, sem sáu um að búa til efni fyrir foreldrahópinn sem myndi keyra samhliða unglingahópnum.

Fræðileg samantekt

Unglingar eru næmir fyrir áhrifum félaga og staðalmynda í samfélagi og sjálfsmynd þeirra er samofin því hvernig þeim finnst þeir líta út (Fox, Page, Peters, Armstrong og Kirby, 1994; Sigrún Daníelsdóttir, Inga Dóra Sigfúsdóttir og Jakob Smári, 2007). Í rannsókn Odgen árið 2006 kom fram að yfirþyngd meðal barna og unglinga er orðin að heilsufarsvanda í vestrænum ríkjum. Um 33% bandarískra ungmenna ná greiningarskilmerkjum yfirþyngdar (líkamspýngdarstuðull ≥ 95 hundraðsröð miðað við kyn og aldur) (Eddy o.fl., 2007). Með aukinni þyngd í æsku aukast líkur á heilsufarsvanda síðar meir, svo sem sykursýki II, háum blóðþrýstingi, aukinni blóðfitu og aukinni hættu á hjartasjúkdómum (Eddy o.fl., 2007; Jelalian, Mehlenbeck, Lloyd-Richardson, Birmaher og Wing, 2006). Unglingar í yfirþyngd eiga á hættu að þróa með sér átraskanir og oft glíma þessi ungmenni við ýmsa sálfélagslega erfiðleika sem auka á vanlíðan og skerða lífsgæði þeirra (Eddy o.fl., 2007; Stice, Presnell og Spangler, 2002). Nýleg rannsókn sýndi að hjá 122 ungmönnum sem sóttu meðferð vegna ofþyngdar náðu tæp 10% skilmerkjum átröskunar og rúmur þriðjungur skýrði frá nýlegu átkasti (binge eating). Tengsl voru milli óæskilegra matarvenja og kvíða/depurðar ($P \leq 0.001$). Rannsóknir hafa ekki gefið ótvírætt til kynna hvaða áhættuþættir og hvað í fari mann-

eskjunnar stuðli að óæskilegum matarvenjum og auki líkur á að ungmenni þrói með sér átraskanir (Stice, Presnell og Spangler, 2002). Rannsókn Eddy o.fl. (2007) sýndi að áhættuþættir voru meðal annars: Óánægja með eigin líkama, ofuráhersla á útlit/þyngd, neikvæð skilaboð (stríðni) og þrýstingur til að grennast sem ýmist kom frá félögum, foreldrum eða vegna staðalmynda í samfélaginu. Önnur rannsókn sýndi að óánægja ungmenna með eigin líkama, óháð því hversu þungur hann var, stuðlaði að minni hreyfingu, óheilbrigðari aðferðum við þyngdarstjórnun og auknum líkum á átköstum fimm árum síðar en hjá ungmönnum sem voru ánægð með líkama sinn (Neumark-Sztainer, Paxton, Hannan, Haines og Story, 2006).

Hefðbundnar atferlismiðaðar nálganir þar sem reynt er að aðstoða ungmenni við að ná æskilegri þyngd hafa snúið að því að láta þau fylgjast grannt með eigin mataræði með dagbókarskráningu og að takmarka fæðuinntöku um leið og þau eru hvött til aukinnar hreyfingar. Vandinn við þessa nálgun er að rannsóknir hafa ekki sýnt fram á langtímaárangur (Bacon, Stern, Van Loan og Keim, 2005; Miller, 1999). Í grein Cogan og Ernsberger frá árinu 1999 kemur fram að gagnrýnendur þeirrar leiðar, þar sem einblínt er á þyngdarstjórnun sem leið til bættrar heilsu, benda á að frekar ætti að líta á lífsstíl manneskjunnar í heild sinni og að auka megí heilbrigði hennar með bættem venjum, jafnvel þótt hún tapi ekki mörgum kílóum (Bacon o.fl., 2005). Linda Craighead hefur á síðustu 10 árum þróað meðferðarúræði sem nefnist „Appetite Awareness Training“ og sneri það í fyrstu að konum sem stunduðu ofát. Hugmyndafræðin kemur frá „Mindfulness“ geira hug-



rænnar atferlismeðferðar og „Intuitive eating“. Þar er áherslan lögð á að kenna konum að hlusta á skilaboð líkamans og bregðast við innri merkjum um svengd og mettun, í stað þess að láta þætti, svo sem líðan, félagslegar aðstæður eða megrunarráð, vera ráðandi um hvort og hversu mikið þær borðuðu. Þessi meðferðarnálgun er líka talin henta ungmennum vel þar sem mataræði er mjög óreglulegt og rannsóknir hafa sýnt fram á ágætán árangur við að bæta matarhegðun og líðan (Craighead og Allen, 1995, 1999; Craighead, 2006). Þessi meðferðarnálgun hefur verið til prófunar í doktorsverkefni Þrúðar Gunnarsdóttur á Barnaspítala Hringins undir leiðsögn Ragnars Bjarnasonar sérfræðings frá árinu 2006. Meðferðin nær til barna á aldrinum 8-13 ára og fjölskyldna þeirra og hefur árangur fram til þessa lofað góðu (Ragnar Bjarnason, munnleg heimild, 2009).

Ævintýrameðferð hefur verið notuð í mörg ár sem verkfæri í hinum ýmsu meðferðum innan geðheilbrigðisþjónustunnar. Það sem er sérstakt við ævintýranálgunina er að öll meðferð fer fram utan dyra (Schoel, Prouty og Radcliff, 1989). Grunnhugmyndafræði ævintýrameðferðarinnar er upplifunarnám (Experiential Learning) sem byggir á „að fólk lærir mest af að gera“ og „að breytingar í hegðun og hugsun eigi sér stað þegar fólk finnur fyrir ójafnvægi og

finnur sig utan marka þess sem telst þægilegt og öruggt“ (Schoel og Maizell, 2002). Verkefnin reyna á tilfinningalega, líkamlega og vitræna getu og hafa það markmið að bæta upplifun þátttakenda á sjálfum sér. Ævintýri er notað sem félagslegur og tilfinningalegur lærdómur þar sem nemendur upplifa og prófa sig meðal annars áfram í forystuhlutverki, að vinna úr ágreiningi, samvinnu og viðeigandi áhættutöku auk þess að vinna úr ögrandi verkefnum og samskiptum. Jákvæð reynsla sem þátttakendur öðlast er yfirfærð á daglegt líf og skilar sér í bættri líðan og hegðun (Schoel og Maizell, 2002). Nýleg rannsókn sýnir fram á að bresk börn og unglingar leika sér í ríkari mæli innandyrna og leiðir það til kyrrsetu, óheilbrigðs lífsstíls og stuðlar að offitu (Dobson, 2003). Ein íslensk rannsókn hefur sýnt fram á tengsl ofþyngdar, vanlíðunar og námserfiðleika í skóla (Magnús Ólafsson, Kjartan Ólafsson, Kristján M. Magnússon og Rósa Eggertsdóttir, 2003). Ein rannsókn á unglingum í yfirþyngd hefur sýnt fram á betri langtímaárangur ævintýrameðferðar og HAM samanborið við líkamsrækt og HAM (Jelalian o.fl., 2006). Ævintýrameðferð hefur verið virk á BUGL frá árinu 2000 og hafa um 500 börn og unglingar verið þátttakendur í slíkum hópum með góðum árangri.

Aukin áhersla hefur verið á stuðning

og fræðslu fyrir aðstandendur einstaklinga með geðsjúkdóma á undanförunum árum (Anderson, Hogarty og Reiss, 1980) og í meira mæli farið að bjóða upp á aðstandendahópa vegna veikinda eða hegðunarvanda barna (Lewis og MacGuire, 1985). Nauðsyn fræðslu og stuðningsmeðferðar er viðurkennd fyrir fjölskyldur þar sem einhver í fjölskyldunni er með átröskun (Crisp o.fl., 1991) og slík meðferð hefur orðið fastur liður á mörgum deildum (Garner og Garfinkel, 1997). Aðstandendur eru yfirleitt þakklátir að fá að taka þátt í stuðningi við ættingja í vanda og fá síður þá tilfinningu að vera hjálparvana og áttavilltir (Wright og Leahey, 2005).

Ýmsar leiðir hafa verið reyndar til að hjálpa fjölskyldum þar sem er einstaklingur í yfirþyngd. Á Íslandi hefur þjónusta verið í boði fyrir unglinga sem þurfa að létta sig en lítið hefur verið í boði fyrir foreldra þessara skjólstæðinga. Sýnt hefur verið fram á að meiri árangur næst þegar unnið er með fjölskylduna í heild eða í hóp heldur en þegar eingöngu er unnið með börnunum/unglingunum þar sem einblínt er á mataræði, hreyfingu og hegðun (Parizkova, 2008). Golley, Magarey, Baur, Steinbeck og Daniels (2007) báru saman foreldrahópa þar sem annars vegar var foreldraþjálfun með markvissri lífsstílsfræðslu og hins vegar var foreldraþjálfun eingöngu, en fyrri hópurinn sýndi 10% lækkun á líkamsþyngdarstuðli og seinni hópurinn 5% lækkun á líkamsþyngdarstuðli. Rannsókn Shelton o.fl. (2007) í Ástralíu sýndi marktækan árangur í lækkun á líkamsþyngdarstuðli barna 3-10 ára í yfirþyngd eftir foreldrahópfræðslu en þjónustan samanstóð af vikulegri fræðslu í tvo tíma í fjögur skipti þar sem unnið var með lífsstíl, mataræði, hreyfingu, hvatningu og hegðunarmótun.

Fyrsti hópurinn

Eftir mikla upplýsingasöfnun og undirbúningsvinnu var keyrður fyrsti hópur sem gekk nokkuð vel, en jafnframt komu í ljós nokkrir vankantar sem þurfti að slípa til. Foreldrar óskuðu meðal annars eftir meiri fræðslu og

stuðningi og var þá skiptum fyrir foreldra fjölgað úr fjórum í sex. Einnig tók unglingahópurinn nokkrum breytingum, handbókinni var breytt örlítið og matardagbókin minnkuð úr A4 í A5, en sú stærð hentaði unglingunum betur.

Annar hópur fór af stað í mars á þessu ári og bárust tilvísanir í hann frá BUGL og Barnspítala Hringins. Rannsókn mun hefjast sem fyrst og er ráðgert að opna fyrir tilvísanir úr heilsugæslu eftir að rannsókn hefur verið gerð. Einnig verður möguleiki á að bjóða þetta úrræði áfram til fyrstu og annarrar línu þjónustuaðila, en það er stefna BUGL að þróa gagnreynd meðferðarúrræði til að geta boðið þau áfram til þessara þjónustuaðila.

Uppbygging námskeiðs

Tekin eru forviðtöl við barn/ungling/fjölskyldu þar sem farið er yfir stöðu mála, markmið sett og matslistar lagðir fyrir. Matslistarnir eru síðan lagðir fyrir aftur í lok þjónustunnar. Þeir eru annars vegar notaðir til að meta hegðun og líðan unglingsins og hins vegar til að meta hvernig foreldrar takast á við vanda barns/unglings. Þetta er meðal annars gert svo hægt sé að meta árangur meðferðarinnar. Eftirfylgni er þremur og sex mánuðum eftir að námskeiði lýkur, og haft er samband við hverja fjölskyldu þar sem farið er yfir stöðuna. Einnig er þyngd unglings mæld og blóðþrýstingur mældur.

Unglingahópur

Í fræðsluþætti hvers tíma er tekið mið af ákveðnu viðfangsefni. Unglingarnir fá veglegt verkefnahefti sem sérstaklega hefur verið samið með starf Heilsuhópsins í huga. Farið er yfir samspil unglingsins, iðju og umhverfis, farið yfir daglega virkni og venjur og skoðað hvort breytinga er þörf. Unnið er með matardagbók og nýja tegund skráningar í takmarkaðan tíma, í því skyni að kenna heilbrigða umgengni við mat og næringu. Unglingunum er kennt að setja sér markmið og fylgjast með árangri. Síðan er farið í grunnþætti hugrænnar atferlismeðferðar og ýmsar aðferðir innan þeirrar meðferðarálgunar

eru kynntar. Útgangspunkturinn er að kenna tengsl hugsana, tilfinninga og hegðunar og að hvaða leyti hugsanir og viðhorf eiga þátt í að móta sjálfsmynd, líðan og hegðun unglingsins. Eftir að fræðsluþætti námskeiðs lýkur tekur við upplifunarþáttur námskeiðs eða ævin-týrameðferð. Þar gefst unglingunum kostur á að styrkja sjálfsmynd sína og auka sjálfsstyrk í öruggum aðstæðum þar sem tekist er á við hin ýmsu sam-vinnu- og samskiptaverkefni utan dyra. Áhersla er á hrós, jákvæð samskipti og ekki síst að hafa það skemmtilegt saman.

Aðstandendahópur

Foreldrum er veittur stuðningur í sínu hlutverki, boðið upp á umræður og veitt fræðsla um eðli og vítahring næringarvanda, ráðgjöf í samskiptum og að takast á við vandann. Unnið er með verkefni í tímum og lögð fyrir verkefni á milli tíma, til dæmis: virk hlustun, hvatningarsamtöl og að takast á við hindranir og hvernig vandinn hefur áhrif á daglegt líf. Skoðuð eru áhrif vanda á fjölskylduna og áhrif fjölskyldunnar á vandann. Foreldrum er hjálpað við að vera styðjandi við barn/ungling og kennt hvernig þeir geta verið hvatning fyrir barn/ungling í að gera breytingu á lífsstíl. Miðað er við að foreldrar hafi bjargráð og styrk til að takast á við vandann, en með stuðningi fagaðila, og að samvinna foreldra og barns/unglings komi til með að skila góðum árangri.

Markmið að námskeiði loknu er að þátttakendur sjái sig í jákvæðu ljósi og beini eigin hugsunum að sínum sterku hliðum og efla þær. Gott sjálfstraust og trú á eigin getu eru nauðsynlegir kostir til að barn/unglingur eflist í samskiptum við jafnaldra sína og fari að njóta sín á eigin forsendum. Einnig er markmiðið að foreldrar fái innsýn í mikilvægi þess að koma reglu á máltíðir og alla næringarinntöku unglingsins ásamt því að huga að almennri virkni og hreyfingu.

Rannsókn

Áætlað er að hefja rannsókn sem fyrst til að meta árangur úrræðisins og fékkst

til þess styrkur frá Vísindasjóði Landspítala – háskólasjúkrahúss á þessu ári. Hefur rannsóknin hlotið nafnið:

Unglingar í yfirþyngd og fjölskyldur þeirra: Leið til betra lífs og bættrar heilsu.

Meðal annars verður lagt mat á hvort líðan, virkni, félagsleg færni, mataræði og daglegar venjur unglingsins breytist og lífsgæði batni. Tilgangur úrræðisins er ekki að unglingarnir léttist, en rannsakendur álykta að með auknu jafnvægi í daglegu lífi, munu langtímaáhrif verða þau að þyngd þeirra taki breytingum í átt að kjörþyngd. Er það von rannsakennda að rannsóknin sýni fram á árangur og bætt lífsgæði fyrir unglingana og fjölskyldur þeirra til lengri tíma lítið.

Heimildaskrá

- Anderson, C. M., Hogarty, G. og Reiss, D. J. (1980). Family treatment of adult schizophrenic patients; a psychoeducational approach. *Schizophrenia Bulletin*, 6, 490-505.
- Bacon, L., Stern, J. S., Van Loan, M. D. og Keim, N. L. (2005). Size acceptance and intuitive eating improves health for obese, female chronic dieters. *Journal of the American Dietetic Association*, 105, 929-936.
- Craighead, L. W. og Allen, H. N. (1995). Appetite awareness training: A cognitive behavioral intervention for binge eating. *Cognitive and Behavioral Practice*, 2 (2), 249-270.
- Craighead, L. W. og Allen, H. N. (1999). Appetite monitoring in the treatment of binge eating disorder. *Behavior Therapy*, 30 (2), 253-272.
- Craighead, L. W. (2006). *The appetite awareness workbook: How to listen to your body & overcome bingeing, overeating & obsession with food*. New Harbinger Publications: Oakland, CA.
- Crisp, A. H., Norton, K., Gowers, S., Halek, C., Bowyer, C., Yeldham, D., Levett, G. og Bhat, A. (1991). A controlled study of the effect of therapies aimed at adolescent and family psychopathology in anorexia nervosa. *British Journal of Psychiatry*, 159, 325-333.
- Dobson, R. (2003). Children growing up as inside people. *The New Zealand Herald*. 9. 2. <http://www.guardian.co.uk/medicine/story/0,11381,1011492,00.html>
- Eddy, K. T., Tanofsky-Kraff, M., Thompson-Brenner, H., Herzog, D. B., Brown, T. A. og Ludwig, D. S. (2007). Eating disorder pathology among overweight treatment-seeking youth: Clinical correlates and cross-sectional risk modeling. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2360-2371.
- Fox, K. R., Page, A., Peters, D. M., Armstrong, N. og Kirby, B. (1994). Dietary restraint and self perceptions in early adolescence. *Personality and Individual Differences*, 17, 87-96.
- Garner, D. M. og Garfinkel, P. E. (1997).

Golley, R. K., Magarey, A. M., Baur, L. A., Steinbeck, K. S. og Daniels, L. A. (2007). Twelve-month effectiveness of a parent-led, family-focused weight-management program for prepubertal children: A randomized, controlled trial. *Pediatrics*, 119, 517.

Jelalian, E., Mehlenbeck, R., Lloyd-Richardson, E. E., Birmaher, V. og Wing, R. R. (2006). Adventure therapy combined with cognitive behavioral treatment for overweight adolescents. *International Journal of Obesity* 30, 31–39.

Lewis, H. L., og MacGuire, M. P. (1985). Review of a group for parents of anorexics. *Journal of Psychiatric Research*, 19, 453–458.

Magnús Ólafsson, Kjartan Ólafsson, Kristján M. Magnússon og Rósa Eggertsdóttir (2003): Þyngd skólabarna og tengsl hennar við líðan og námsárangur [Vefútgáfa]. *Læknablaðið*, 89, 767–775.

Miller, W. C. (1999). How effective are traditional dietary and exercise interventions for weight loss? *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 31, 1129–1134

Neumark-Sztainer, D., Paxton, S. J., Hannan P. J., Haines, J. og Story, M. (2006) Does body

Parizkova, J. (2008). Impact of education on food behaviour, body composition and physical fitness in children. *British Journal of Nutrition*, 99, 26-32.

Schoel, J., Prouty, D. og Radcliff, P. (1989): *Island of healing, a guide to adventure based counseling*. Beverly, MA: Project Adventure.

Schoel, J. og Maizell, R.S. (2002). *Exploring islands of healing, new perspectives on adventure based counseling*. Beverly, MA: Project Adventure.

Shelton, D., LeGros, K., Norton, L., Stanton-Cook, S., Morgan, J. og Masterman, P. (2007). Randomised controlled trial: A parent-based group education programme for overweight children. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 43, 799-805.

Sigrún Daníelsdóttir, Inga Dóra Sigfúsdóttir og Jakob Smári (2007). Megrun meðal íslenskra unglunga og tengsl við líkamsmýnd, sjálfs-virðingu og átröskunareinkenni. *Sálfræðiritið*, 12, 85-100.

Stice, E., Presnell, K. og Spangler, D. (2002).

Wright, M. og Leahey, M. (2005). *Nurses and families: A guide to family assessment and intervention* (4. útgáfa). Philadelphia: F.A. Davis Company.

Ósk Sigurðardóttir
yfiriðjupjálfi

Heildarstefnumótun varðandi umönnun heilabilaðra á Hrafnistu

Verkefnastjórar og höfundar greinar

Hrönn Ljótisdóttir, félagsráðgjafi

Lovísa Agnes Jónsdóttir, hjúkrunarfræðingur og forstöðumaður Hrafnistu Hafnarfirði

Sigurbjörg Hannesdóttir, deildarstjóri iðjupjálfunar og félagsstarfs Hrafnistu í Reykjavík

Margar rannsóknir hafa verið gerðar bæði á Íslandi og erlendis á einstaklingum með heilabilun. Hvernig heilabiluðum muni fjölga verulega, í hvernig umhverfi heilabiluðum líði best, hvernig umönnun og hjúkrun henti þessum einstaklingum, hvernig best sé að sinna aðstandendum og hvernig fræðsla og menntun henti starfsfólki sem sinnir þessum einstaklingum (Oddur Ingimarsson, Thor Aspelund og Pálmi V. Jónsson, 2004a).

Ef við lítum til nágrannaþjóða okkar þá hafa t.d. Norðmenn sett upp heildarstefnu varðandi umönnun aldraðra til ársins 2015. Markmið þessarar stefnu er að hafa yfirsýn yfir verkefni framtíðarinnar. Eitt af lykilatriðum stefnunnar er að mæta þörfum heilabilaðra í framtíðinni og flokka Norðmenn heilabilun efst í forgangs röð í skipulagi umönnunar aldraðra til ársins 2015 (Norwegian Ministry of Health and Care Services, 2005-2006).

Þegar verkefnastjórnendur kynntust þessari stefnu kviknaði hugmynd um það hvernig hægt væri að byggja upp heildarstefnumótun innan Hrafnistu fyrir einstaklinga með heilabilun og ýta úr vör breytingum til að bæta lífsgæði þeirra á hjúkrunardeildum Hrafnistu.

Okkar markmið með þessari stefnumótun er að:

- Setja fram heildstæða stefnu varðandi umönnun heilabilaðra á Hrafnistu
- Staðfæra að íslenskum veruleika niðurstöður og hugmyndafræði rannsókna ýmissa fræðimanna um hvernig best verður búið að heilabiluðum á hjúkrunarheimilum, það er að segja líkamlega, félagslega og andlega



- Samþætta kenningar og að yfirfæra þær niðurstöður í verki á hjúkrunardeild á Hrafnistu með þverfaglegri vinnu margra starfsstétta
- Að auka og efla lífsgæði heimilismanna Hrafnistu og aðstandenda þeirra
- Að auka starfsánægju starfsmanna
- Að gera starfendarrannsókn (e. action research) við framkvæmd yfirfærslunnar við mat á árangri verkefnisins

Samkvæmt spá Hagstofu Íslands er gert ráð fyrir að landsmenn verði rúmlega 437.000 árið 2050, en við upphaf ársins 2007 var íbúafjöldi 307.672. Ævilengd landsmanna vex og má gera ráð fyrir að konur á Íslandi geti vænst þess að verða 82,8 ára árið 2007 en 87,1 árs árið 2050, karlar geta vænst 78,9 ára aldurs árið 2007 en 84,6 ára árið 2050 (Brynjólfur Sigurjónsson og Ólöf Garðarsdóttir, 2007). Vegna þessa má gera ráð fyrir miklum breytingum á

aldurssamsetningu þjóðarinnar og mun því öldruðum fjölga verulega til ársins 2050. Árið 2050 er gert ráð fyrir að 7,5% íbúa verði áttæðir eða eldri samanborið við 3,1% árið 2007.

Samhliða hækkun meðalaldurs og fjölgun þjóðarinnar er heilabilun eitt af vaxandi heilbrigðisvandamálum og einn stærsti orsakavaldur vistunar á hjúkrunarheimilum hér á landi sem erlendis (Bond, Briggs og Coleman, 1993; Oddur Ingimarsson, Thor Aspelund og Pálmi V. Jónsson, 2004b).

Þegar lífsgæði aldraðra með heilabilun eru skoðuð kemur í ljós að þrír lykilþættir skipta máli en þeir eru líkamleg, andleg og félagsleg vellíðan, auk þess sem þættir eins og umhverfi, trú og almenn lífsánægja skipta máli. Hjá öldruðum þarf líka að veita vitrænni getu sérstaka athygli (Borg, Hallberg og Blomquist, 2006). Þótt ekki allir með heilabilun þurfi sérrúð, svo sem lokaðar deildir, sýna rannsóknir að

umhverfi hefur víðtæk áhrif á lífsgæði heimilismanna hjúkrunarheimila. Hugmyndafræði hjúkrunarheimila, félagslegt umhverfi, samskipti starfsmanna við heimilismenn og aðstandendur, samskipti milli heimilismanna, hönnun húsnæðis, lykt, hljóð, einrúm, sjálfsákvörðunarréttur og öryggi hafa mikil áhrif á umhverfi og þar af leiðandi lífsgæði (Andrews o.fl., 2005; Ingibjörg Hjaltadóttir, 2001; Lindheim og Syme 1983).

Þó að hlutverk aðstandenda sé oft illa skilgreint í umönnun og vinnu með heilabiluðum, bæði hvað varðar hugmyndafræði og stefnu hjúkrunarheimila og viðhorf starfsfólks, sýna rannsóknir að opin samskipti fyrirbyggja misskilning og ágreining á milli starfsfólks og aðstandenda. Þannig er hægt að vinna að betri lífsgæðum og betra gæðastarfi á deildum (Janzen, 2001). Rannsókn á aðstandendum heilabilaðra sýndi að eftir því sem að sjúkdómurinn versnaði upplifðu aðstandendur meiri sorg. Sorgartilfinningar lýstu sér meðal annars í reiði og sektarkennd (Meuser, Marwit og Sanders, 2004). Rannsóknir sýna að góð og rétt upplýsingagjöf til aðstandenda er eitt af því sem kemur í veg fyrir vanlíðan, kvíða og ófullnægjandi sorgarúrvinnslu hjá einstaklingum í kreppu (Jooles, Verhey og Kok, 1995).

Það starfsfólk sem starfar innan sviðs heilabilunar er með fjölbreytta menntun og reynslu svo sem hjúkrunarfræðingar, félagsráðgjafar, iðjuþjálfar, sjúkraþjálfarar og sjúkraliðar auk starfsfólks án sérmenntunar. Misjafnt er hversu mikið er fjallað um heilabilun í menntun þessara starfsstétta. Verkefnið miðar að því að samræma þekkingu með fræðslu til þeirra sem vinna með heilabiluðum á Hrafnistu. Fjölbreyttari þjónusta og auknir möguleikar á raunhæfari meðferð kalla á aukna meðvitaða þekkingu starfsfólks sem vinnur með heilabiluðum (Heilbrigðisráðuneytið, 1998).

Heildarstefnumótun byggir á viðamikilli þekkingu á viðfangsefninu. Í fyrsta lagi þarf að skoða rannsóknarniðurstöður úr rannsóknum tengdum heilabiluðum. Viðamikil öflun gagna er þegar hafin. Sú þekking sem þegar



liggur fyrir, svo sem rannsóknir á aðstæðum, umhverfi og aðbúnaði heilabilaðra, ásamt fyrirbyggjandi hugmyndafræði af ýmsum toga, þarf að skoða með það fyrir augum að hvað gæti mögulega hentað stefnumótuninni, til dæmis „Eden alternative“, „Plantree“, „Liv og bo“ og hugræn atferlisfræði. Í öðru lagi þarf að skoða hvað hefur verið framkvæmt á Íslandi til þessa og hvaða hugmyndir hafa reynst best.

Flestir fræðimenn eru sammála um að heilabilun verði eitt stærsta heilbrigðisvandamál flestra vestrænna þjóða í nánustu framtíð. Það er því tímabært að takast á við stefnumótun í umönnun heilabilaðra og að koma henni í framkvæmd. Samkvæmt lögum um málefni aldraðra þarf að gæta að því að aldraðir njóti jafnréttis á við aðra þjóðfélagsþegna og að sjálfsákvörðunarréttur þeirra sé virtur. Þar sem Hrafnista hefur það markmið að vera leiðandi í öldrunarþjónustu, viljum við leggja okkar af mörkum til að takast á við helstu verkefni öldrunarþjónustu í framtíðinni. Við viljum nýta þann mannauð sem Hrafnista býr yfir bæði í menntun og reynslu í umönnun aldraða til að móta og ýta þessari stefnu úr vör. Það er von okkar að með þessu verkefni verði til hugmyndafræði sem nýtist á öllum deildum Hrafnistu sem og flestum hjúkrunarheimilum hér á landi.

Verkefnið hefur hlotið styrki frá Öldrunarfræðafélagi Íslands og Heilbrigðisráðuneytinu.

■ Myndin er tekin við afhendingu styrksins frá Öldrunarfræðafélagi Íslands. Frá hægri Lovísa Agnes Jónsdóttir, Anna Birna Jensdóttir, fyrir hönd Öldrunarfræðafélagsins, Hrönn Ljótadóttir og Sigurbjörg Hannesdóttir

Heimildaskrá

- Andrews, G. J., Holmes, D., Poland, B., Lehoux, P., Miller, K. L., Pringle, D. o.fl. (2005). 'Airplanes are flying homes': Geographies in the concepts and localities of gerontological nursing practice. *International Journal of Older People Nursing*, 14(8b), 109-120.
- Bond, J., Briggs, R. og Coleman, P. (1993). The study of ageing. Í J. Bond, P. Coleman og S. Peace (ritstj.), *Ageing in society: an introduction to social gerontology*. (2. útg.) (bls 19–52). London: Sage publications.
- Borg, C., Hallberg, I. R., og Blomqvist, K. (2006). Life satisfaction among older people (65+) with reduced self-care capacity: the relationship to social, health and financial aspects. *Journal of Clinical Nursing*, 15, 607-618.
- Brynjólfur Sigurjónsson og Ólöf Garðarsdóttir (umsjón) (2007). *Hagtiðindi: Mannfjöldi*. Reykjavík: Hagstofa Íslands.
- Heilbrigðisráðuneytið (1998). *Skýrsla starfshóps um stefnumótun í málefnum geðsjúkra*. Sótt 10. desember 2008, frá <http://www.heilbrigdisraduneyti.is/utgefing-efni/nr/665>
- Ingibjörg Hjaltadóttir (2001). *Physically frail elderly resident's perception of quality of life in nursing homes*. Reykjavík: Háskóli Íslands.
- Janzen, W. (2001). Long term care for older adults: The role of the family. *Journal of Gerontological Nursing*, 27(2), 36-44.
- Jooles, J., Verhey, J. og Kok, G. J. (1995). Problems of caregiving spouses of patients with dementia. *C.J.A.M. Commisaries. Patient Education and Counselling*, 25, 143-149.
- Lindheim, R. og Syme, S. L. (1983). Environments, people, and health. *Annual review of public health*, 4, 335.
- Meuser, M. T., Marwit, J. S. og Sanders, S. (2004). Assessing grief in family caregivers. Í D. Kenneth (ritstj.), *Living with grief* (bls. 169–195). Washington: Hospice foundation of America.
- Norwegian Ministry of Health and Care Services (2005-2006). *Long term care- future challenges*. Oslo: Norwegian Ministry of Health and Care Services.
- Oddur Ingimarsson, Thor Aspelund og Pálmi V. Jónsson (2004a). Birtingamynd heilabilunar í vistunarmati aldraðra fyrir hjúkrunarrými 1992–2001. *Læknablaðið*, 11, 767–773.
- Oddur Ingimarsson, Thor Aspelund og Pálmi V. Jónsson (2004b). Vistunarmat aldraðra á árunum 1992–2001 – Tengsl við lifun og vistun í hjúkrunarrými. *Læknablaðið*, 2, 121–129.

Iðjubjálfinn og efling félagsfærni grunnskólanemenda



■ Sigríður Kristín Gísladóttir
iðjubjálfi

Sjúkrahúsinu og heilsugæslustöðinni
Akranesi og Akraneskaupstað

Iðjubjálfar sem starfa með skóla-
börnum þinguðu 4. júní síðastliðinn
og voru þátttakendur staddir norður á
Akureyri, í Reykjavík, á Egilsstöðum og
Þórshöfn. Markmiðið með þinginu var
að skapa vettvang fyrir þennan hóp
iðjubjálfa til að skiptast á þekkingu og
reynslu og var meðal annars fjallað
talsvert um tálma og tækifæri hvað
varðar þátt iðjubjálfa í eflingu félags-
færni nemenda.

Meginmarkmið iðjubjálfunar innan
skólakerfisins er að efla almenna þátt-
töku barna og ungmenna við skóla-
tengd viðfangsefni, meðal annars með
því að stuðla að aukinni færni við leik,
nám og félagsleg samskipti. Hlutverk
iðjubjálfa innan skólanna eru mismun-
andi og aðkoma að málum barna með
ólíkum hætti. Í mörgum tilvikum eru
iðjubjálfar ráðnir beint inn í skólana en
í öðrum eru þeir ráðnir til viðkomandi
sveitarfélags eða tilheyra heilsugæslu og
svæðisskrifstofum um málefni fatlaðra
(Iðjubjálfafélag Íslands, 2008; Sigríður
Kr. Gísladóttir og Þóra Leósdóttir,
2003).

Með tilkomu laga um skóla án
aðgreiningar (skóli sem er fær um að

sinna öllum nemendum sínum, óháð
stöðu þeirra)(Grétar L. Marinósson,
2008), jókst þörf fyrir breiðari fag-
þekkingu innan skólanna til að koma
til móts við vaxandi fjölbreytni í náms-
þörfum nemenda (Anna Sigríður
Jónsdóttir, Ragnheiður Lúðvíksdóttir
og Soffía Haraldsdóttir, 2005; Hanna
Hjartardóttir, 2004). Þar til nýlega var
hvergi í lögum getið beint um þennan
skóla fyrir alla, en í 17. grein laga um
grunnskóla stendur nú: „Nemendur
eiga rétt á að komið sé til móts við
námsþarfir þeirra í almennum grunn-
skóla án aðgreiningar, án tillits til
líkamlegs eða andlegs atgervis.“ (Lög
um grunnskóla, 2009).

Þjónusta iðjubjálfa í skólum einskorð-
aðist lengi framan af við börn með
hreyfiproskaröskun eða fötlun af
ýmsum toga. Rannsóknir benda hins
vegar til að þau börn sem iðjubjálfar
hafa þjónað glími mörg hver einnig við
sálfélagslegan vanda, sem meðal annars
getur birst í slakri félagsfærni (David-
son, 2005; Gerður Gústavsdóttir,
Helga Guðjónsdóttir og Valrós Sigur-
björnsdóttir, 2005; Iðjubjálfafélag
Íslands, 2008; Sólrún Ásta Haralds-
dóttir, 2008).

Félagsfærni er félagslega viðurkennd
lærð hegðun, sem gerir okkur kleift að
eiga árangursrík samskipti við aðra og
að forðast óásættanlegt atferli. Í því felst
til dæmis að kunna að deila með
öðrum, setja sig í spor annarra, hjálpa
og hrósa. Mikilvægt er að öðlast slíka
færni, því þeir sem búa yfir öflugri
félagsfærni eru líklegri til að eiga frum-
kvæði að samskiptum, viðhalda þeim
og aðlagast sig að breyttum aðstæðum
(Reykjavíkurborg, Menntasvið 2008).

Börn sem glíma við skerta félagslega
færni geta átt erfitt með að bindast
vináttuböndum, upplifa sig einangruð

og einmana. Þau sýna oft slakan náms-
árangur miðað við jafnaldra og eiga
erfiðara með að aðlagast hópi. Þar sem
samskipti og sambönd við jafnaldra í
bernsku gegna mikilvægu hlutverki í
velgengni síðar í lífinu verður skólinn
að skapa umhverfi sem styður við
félagsfærni og þar sem hvatt er til
umburðarlyndis. Það að vera ekki
viðurkenndur í félagahópnum hefur
sýnt sig að hafa ákveðið forspárgildi
hvað varðar námsárangur, brottfall úr
skóla, geðheilsuvanda og andfélagslega
hegðun á fullorðinsárum (Case-Smith
og Rogers, 2005; Gadeyene, Ghesquiére
og Onghena, 2004; Meadan og
Monda-Amaya, 2008; Sólrún Ásta
Haraldsdóttir, 2008). Áætlað hlutfall
barna sem glímir við skerta félagslega
færni er samkvæmt rannsókn Mishna
og Muskat (2004) töluvert hátt eða allt
að 40% nemenda með sérþarfir.

Talsvert hefur verið gert til að koma
til móts við þessar þarfir nemenda í
leik- og grunnskólum landsins. Nægir
þar að nefna nýlega skýrslu starfshóps
um leiðir til að efla sjálfsmynd og
félagsfærni barna/nemenda, sem unnin
var á vegum Menntasviðs Reykjavíkur-
borgar. Þar eru settar fram ýmsar leiðir
til þess að bæta þennan þátt í starfi
skóla, svo sem að sérhver skóli marki
sér stefnu og áætlun þar sem
skilgreindur verði ábyrgðaraðili innan
hvers skóla sem hafi umsjón með
málaflokknum. Þar verði meðal annars
tekið mið af niðurstöðum rannsókna á
líðan nemenda og þær nýttar við
aðlögun lífsleiknikennslu. Einnig er
mælt með notkun gátlista sem jafnframt
eru kynntir í skýrslunni (Reykja-
víkurborg, Menntasvið 2008).

Víða er því þó þannig háttað að
skólar hafa ekki bolmagn til að sinna
efflingu félagsfærni sem skyldi, sér í lagi

í þeim tilvikum þar sem almenn nálgun nægir ekki. Þarna er því að finna tækifæri til sóknar fyrir iðjuþjálfara, tækifæri til að aðstoða nemendur við að verða eins virkir þátttakendur og mögulegt er í þeirra eigin umhverfi (Davidson, 2005). Á málþinginu í júní síðastliðinn kom fram það álit að menning innan íslenskra skóla, viðhorf og þekking kennara og annars starfsfólks ráði miklu um hvernig gengur að komast með eflingu á félagsfærni inn í skólana. Mikilvægt er að iðjuþjálfar láti að sér kveða í samstarfsteymum, þar sem skipulag og innihald þjónustu er ákveðið.

Leiðir

Námsefni sem miðar að því að efla félagsfærni er oft og tíðum smíðað á grunni þeirrar ályktunar að með því að kenna börnum kerfisbundnar leiðir til að eignast vini og eiga samskipti við

aðra, tileinki börnin sér slíka færni. Við slíka þjálfun er meðal annars notuð sýnikennsla, hlutverkaleikir, klípusögur og teiknimyndir, auk þess að æskileg hegðun og viðbrögð eru verðlaunuð. Þarna er unnið með grunnfærni, svo sem að hefja samræður, heilsast og kveðjast, að leysa ágreining og hafa sjálfstjórn. Þjálfunin fer oftast fram við tilbúna aðstæður, sem gerir yfirfærslu vandasama. Gresham, Cook, Crews og Kern (2004) leggja áherslu á að félagsfærnivandi eigi oft rætur í því að æskileg félagshegðun hafi ekki hlotið næga athygli/umbun, en ekki að viðkomandi einstakling skorti þekkingu á því hvernig á að bera sig að í samskiptum við aðra. Því sé mikilvægt að vefa eflingu á sjálfmynd og félagsfærni inn í daglegt líf heima og í skóla.

Í grein Meadan og Monda-Amaya (2008) er undirstrikað að þrátt fyrir að til sé urmull af prógrömmum sem miða

að því að efla félagsfærni nemenda, þá séu ekki til margar rannsóknir á árangri slíkra nálgana og að niðurstöður rannsókna sem hafa verið gerðar séu misvísandi (Beelmann, Pfingsten og Lösel, 1994; Koenig, De Los Reyes, Cicchetti, Scahill og Klin, 2009). Því er mikilsvert að vanda valið, vera meðvitaður um markhóp þjónustunnar, meta þarfir þeirra einstaklinga sem þátt taka með gagnreyndum aðferðum og stuðla að því að færi gefist til að yfirfæra færni yfir í daglegt líf. Samvinna þeirra sem börnunum tengjast er því mikilvæg og mikilvægt að íhlutunaráætlun sé í stöðugri endurskoðun.

Til að gera vinnuna sýnilegri og gagnsærri er ráð að nýta þjónustuferli markvisst, til dæmis Kanadíska þjónustuferlið, og hagnýta verkfæri til að meta þörf og framvindu, framkvæma skráningu og skýrslugerð. Leggja þarf mat á færni nemenda og þá er mikilvægt

Vilji ehf



Vörurnar okkar eru sérstaklega ætlaðar til þess að hjálpa fötluðum, öryrkjum og öldruðum við daglegt líf.



Stuðningsstangir



Rúmstuðningsgrindur



Baðstuðningsgrindur



Salernishandföng

www.vilji.is

að taka mið af upplifun barnsins sjálfs, kennara og foreldra og fylgja mati úr garði með úrræðum. Ein af forsendum þess að hægt sé að meta árangur íhlutunar er að nýtt séu færniþætti mats-tæki og tæki til að meta félagsfærni barna. Hér fylgir listi yfir ýmis matstæki í stafrófsröð en val á þeim hlýtur að vera háð skjólstæðingum og aðstæðum hverju sinni.

Dæmi um matstæki:

- Assessment of Motor and Process Skills (AMPS)/School AMPS
- Child Assessment of Participation and Enjoyment (CAPE)/Preference of Activities of Children (6-21 árs) (PAC)
- Canadian Occupational Performance Measure (COPM)
- Child Occupational Self Assessment (COSAS)
- Mat nemanda á skólaumhverfi (MNS)
- SkólaFærniAthugun (SFA)
- Evaluation of Social Interaction (ESI)
- Social Skills Rating System (SSRS)

Ýmsar leiðir eru farnar og félagsfærni má efla hvort heldur sem er í litlum hópum eða í almennri bekkjarkennslu, allt eftir eðli vandans og aðstæðum á hverjum stað. Það að vefa eflingu á félagsfærni inn í almenna bekkjarkennslu ætti að vera fyrsta skrefið. Þannig er hægt að vinna með viðhorf og viðmið, efla sjálfstraust, auðga orðaforða barna hvað varðar það að tjá tilfinningar sínar og almenna vitund þeirra og samstöðu. Slíkt má til dæmis gera í lífsleikni, þar sem markmiðið er meðal annars að efla félagsþroska nemenda og borgaravitund. Lögð er áhersla á að efla færni til samskipta, gagnrýna hugsun, tjáningu og að færa rök fyrir máli sínu (Menntamálaráðuneyti, 2007). Dæmi eru um að iðjuþjálfar taki þátt í lífsleiknitímum eða jafnvel sjái alfarið um þá. Auk almennra áherslna inni í bekk þarf hluti nemenda að æfa færni í minni hópum undir leiðsögn fullorðinna og/eða í einstaklingsþjálfun. Mikilvægt er að virkja nemendur, kennara og foreldra til að ýta undir yfirfærslu færni yfir á

daglegt líf. Enn fremur er mikilvægt að hvetja til tómstundaiðkunar í þeim tilgangi að auka félagslega þátttöku.

Lífsleikni gefur dýrmæt tækifæri til þess að efla félagsþroska nemenda og borgaravitund. Þar er fengist við þætti sem tengjast því að vera þátttakandi í lýðræðislegu þjóðfélagi, svo sem jafnrétti, réttindi, skyldur og ábyrgð, mannréttindi, umburðarlyndi og gagnkvæma virðingu. Fjallað er um að vinna með öðrum, tilheyra fjölskyldu, eiga vini og félag og setja sig í spor annarra. Lögð er áhersla á að efla færni til samskipta, gagnrýna hugsun, tjáningu og að færa rök fyrir máli sínu. Námsgreinin lífsleikni gefur skólum einnig tækifæri til að vinna með sitt nánasta umhverfi og grenndarsamfélagið og fjalla um mál sem upp kunna að koma hverju sinni og snerta líðan og velferð nemenda (Menntamálaráðuneyti, 2007).

Lesendum skal bent á áður nefnda skýrslu starfshóps um eflingu sjálfsmyndar og félagsfærni barna/nemenda í leik- og grunnskólum, en þar er að finna ýmsar tillögur að bókum og öðru efni. Einnig er getið um nokkur gagnleg rit í Ritaskrá hér fyrir aftan.

Íslenskir iðjuþjálfar sem starfa með börnum eru metnaðarfullir og leggja sig fram við að veita gæðþjónustu. Til að þjónustan verði enn árangursríkari er nauðsynlegt að fjölga iðjuþjálfum innan skólanna og að iðjuþjálfar láti að sér kveða þar sem skipulag og innihald þjónustu er ákveðið. Nú þegar eru hér á landi dæmi um að iðjuþjálfar vinni að eflingu á félagsfærni nemenda í samstarfi við námsráðgjafa, þroskaþjálfara og kennara, en gera má enn betur og stuðla þannig að hámarksþátttöku og vellíðan allra nemenda.

Heimildaskrá

- Anna Sigríður Jónsdóttir, Ragnheiður Lúðvíksdóttir og Soffía Haraldsdóttir (2005). *Viðhorf umsjónarkennara til þjónustu iðjuþjálfra vegna nemenda með sérþarfir*. Háskólinn á Akureyri.
- Beelmann, A., Pfingsten, U. og Lösel, F. (1994). Effects of training social competence in children: A meta-analysis of recent evaluation studies. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 23, 260–271.
- Case-Smith, J. og Rogers, J. (2005). School-based occupational therapy. Í J. Case-Smith (ritstj.), *Occupational therapy for children* (5. útg.) (bls. 795–826). St. Louis, Missouri: Elsevier Mosby.

- Davidson, D. A. (2005). Psychosocial issues affecting social participation. Í J. Case-Smith (ritstj.), *Occupational therapy for children* (5. útg.) (bls. 449–480). St. Louis, Missouri: Elsevier Mosby.
- Gadeyene, E., Ghesquié, P. og Onghena, P. (2004). Psychosocial functioning of young children with learning problems. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45, (3), 510–521. Sótt 13. júlí 2009, af gagnasafninu Blackwell Synergy.
- Gerður Gústavsdóttir; Helga Guðjónsdóttir og Valrós Sigurbjörnsdóttir (2005). *Félagsleg þátttaka unglinga með breyfiðráðuneyti AD/HD*. Háskólinn á Akureyri.
- Gresham, F. M., Cook, C. R., Crews, S. D. og Kern, L. (2004). Social skills training for children and youth with emotional and behavioral disorders: Validity considerations and future directions. *Behavior Disorders*, 30, 32–46.
- Grétar L. Marinósson (2008). Er skóli án aðgreiningar tískufyrirbæri? Sótt 16. júlí 2009, af http://einstokborn.is/Files/Skra_0026587.pdf.
- Hanna Hjartardóttir (2004). Skóli án aðgreiningar, sjónarhorn skólustjóra. *Glæður*, 2, 7–8.
- Iðjuþjálfafélag Íslands (2008). Þjónusta iðjuþjálfra í skólaumhverfi – hvatar og keldur. Skýrsla unnin á vegum faghóps um iðjuþjálfun barna.
- Koenig, K., De Los Reyes, A., Cicchetti, D., Scahill, L. og Klin, A. (2009). Group intervention to promote social skills in school-age children with pervasive developmental disorders: Reconsidering efficacy. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 39, 1163–1173. Sótt 13. júlí 2009, af gagnasafninu Proquest.
- Lög um grunnskóla nr. 91/2009.
- Meadan, H. og Monda-Amaya, L. (2008). Collaboration to promote social competence for students with mild disabilities in the general classroom: A structure for providing social support. *Intervention in School and Clinic*, 43, 158–167.
- Menntamálaráðuneytið (2007). Aðalnámskrá grunnskóla, lífsleikni. Reykjavík: Menntamálaráðuneytið.
- Mishna, F. og Muskat, B. (2004). School based group treatment for students with learning disabilities: A collaborative approach [Rafræn útgáfa]. *Children and Schools*. 26, (3), 135–150.
- Reykjavíkurborg, Menntasvið (2008). *Skýrsla starfshóps um eflingu sjálfsmyndar og félagsfærni barna/nemenda í leik- og grunnskólum*. Leikskólasvið og Menntasvið Reykjavíkur. Sótt þann 21. júlí 2008 af: http://www.reykjavik.is/Portaldatal/1/Resources/menntasvid/skyrslur/skyrsla_starfshops_sjalfsmynd_felagsf.pdf
- Sigríður Kr. Gísladóttir og Þóra Leósdóttir (2003). Iðjuþjálfun barna og ungmenna – Þjónusta á tímamótum? *Iðjuþjálfinn*, 25 (1), 15–18.
- Sólrun Ásta Haraldsdóttir (2008). *Þjónusta iðjuþjálfra við grunnskólanemendur með vanda af sálfélagslegum toga*. Óbirt BS-ritgerð: Háskólinn á Akureyri, heilbrigðisdeild.

Ritaskrá

Fisher, A. G. (2005). *AMPS: The Assessment of Motor and Process Skills*. Handbók, (6. útg.).
 Fisher, A. G., Bryze, K., Hume, V. og Griswold, L.A. (2005). *SchoolAMPS: The School Version of the Assessment of Motor and Process Skills* (2. útg.) Sótt þann 21. júlí 2009 af: Fort Collins, CO: Three Star Press.
 Fisher, A. G., og Griswold, L. A. (2009). *Evaluation of social interaction*. Fort Collins, CO: Three Star Press.
 Baker, J. E. (2003). *Social skills training for children and adolescents with Asperger syndrome and social-communication problems*. Autism Asperger Publishing Company.
 Baker, J. E. (2003). *The social skills picture book: Teaching communication, play and emotion*. Ingram Publishing Services.
 Callesen, K., Nielsen, A. M., og Attwood, T., (ritstj.). *CAT-Kassinn – hugræn tilfinningaleg þjálfun, handbók*. (Ásgerður Ólafsdóttir og Sigrún Hjartardóttir þýddu). Kaupmannahöfn: CAT-kit.com ApS.

Coster, W., Deeney, T., Haltiwanger, J., & Haley, S. (1998). *The School Function Assessment*, Handbók. Psychological Corporation. San Antonio
 Goldstein, A. P., Barry, G. og Gibbs, J. C. (1998). *ART® Aggression Replacement Training: A comprehensive intervention for aggressive youth* (endurskoðuð útgáfa). Champaign, IL: Research Press.
 Gresham, F. M. og Elliot, S. N. (1990). *Social Skills Rating System – Manual* American Guidance Service.
 Hemmingsson, H., Egilson, S. T., Hoffman, O. og Kielhofner, G. (2006). *Mat nemenda á skólaumhverfi (MNS)*. Reykjavík: Iðjuþjálfafélag Íslands.
 Keller, J., Kafkes, A., Basu, S., Federico, J. og Kielhofner G. (2005). *Child Occupational Self Assessment (COSA)* (útgáfa 2.1). The MOHO Clearinghouse, Chicago.
 Gillian King, G., Law, M., King, S., Hulrey, P., Rosenbaum, P., Hanna, S., Kertoy, M. og Young, N. (2005). *CAPE & PAC: The*

Children's Assessment of Participation and Enjoyment and the Preferences for Activities of Children. Pearson Education Ltd.

Law, M., Baptiste, S., Carswell, A., McColl, M. A., Polatajko, H og Pollock, N. (2005). *The Canadian Occupational Performance Measure (COPM)*, handbók (3. útg., endurbætt). Ottawa, ON: CAOT Publications ACE.
 Nadeau, K. G. og Dixon, E. B. (2008). *Lærðu að hægja á og fylgjast með* (Gyða Haraldsdóttir þýddi). Reykjavík. Skrudda.
 Webster, H. L. og Parker, L. (1994). *Taming the dragon. Module one - learning to benefit from feelings*. Detselig Enterprises Ltd.
 Sprague, J. og Golly, A. (2008). *Til fyrirmyndar. Heildstæður stuðningur við jákvæða hegðun* (Reynir Harðarson þýddi). Reykjavík: Skrudda.
 Stallard P. (2007). *Bætt hugsun – Betri líðan* (Gyða Haraldsdóttir, Hafðís Kjartansdóttir, Hulda Sólrún Guðmundsdóttir og Leif Davíð Halvorsson þýddu). Reykjavík: Skrudda.



A. KARLSSON



Sjáumst!

Eigum allar gerðir hjólastóla, rafmagnshjólastóla og vinnustóla fyrir alla aldurshópa.

Þjóðum einnig fjölbreytt úrval annarra hjálpartækja fyrir börn og fullorðna, svo sem Jay sessur og bók fyrir hjólastóla, gönguhjálpartæki, fólksflutningshjálpartæki, bað- og salernishjálpartæki, rafskutlur og smáhjálpartæki til daglegs lífs.

Lánum allar gerðir af hjálpartækjum til prufu í nokkra daga.

Littu við og kynntu þér úrvalið í nýjum sýningarsal
 eða hafið samband til að fá ráðgjöf við val á hjálpartækjum.



Quickie
Krossramma hjólastóll



VELA Tango
Vinnustóll



Vela Blues 300
Rafmagnshjólastóll

A. Karlsson | Víkurhvarfi 8 | 203 Kópavogi | Sími: 5 600 900 | www.akarlsson.is

Iðjupjálfun á réttargeðdeildinni Sogni



■ Fanney Björg Karlsdóttir
iðjupjálfi
Réttargeðdeildin að Sogni

Á Sogni í Ölfusi er rekin eina réttargeðdeild landsins, á deildinni eru vistaðir ósakhæfir öryggisgæslusjúklingar, og þar er pláss fyrir sjö.

Á Sogni er veitt íhlutun sem stuðlar að aukinni færni skjólstæðinga til að takast á við daglegt líf fyrir utan stofnun. Haft er að leiðarljósi að veita fag-

lega og persónulega þjónustu sem tekur mið af andlegum og félagslegum þörfum sem og færni skjólstæðingsins.

Lengi voru ósakhæfir einstaklingar hér á landi vistaðir í fangelsi og fengu ekki þá sérfræðilegu aðstoð sem þeir þurftu á að halda. Um tíma voru þeir sendir úr landi á viðeigandi stofnanir.

Réttargeðdeildin að Sogni var stofnuð 4. október 1992 og hefur lengst af tilheyrt Heilbrigðisstofnun Suðurlands (HSU). Síðan 1. apríl 2009 tilheyrir Réttargeðdeildin að Sogni geðsviði Landspítala Háskólasjúkrahúss (LSH), en þaðan koma geðlæknir, sálfræðingur og félagsráðgjafi einu sinni til tvisvar í viku. Auk þeirra starfa á deildinni fjórir hjúkrunarfræðingar, iðjupjálfi í hlutastarfi og nítján öryggisgæslumenn auk staðarhaldara og starfsfólks í eldhúsi.

Í íhlutuninni er leitast við að koma á

góðu dagskipulagi þar sem áhersla er lögð á jafnvægi milli vinnu, tómstunda og hvíldar. Mikil áhersla er lögð á virkni skjólstæðinganna og þátttöku þeirra í starfsemi deildarinnar, svo sem við þríf og viðhald hvers konar.

Hefðbundinn dagur hefst eins og á öllum venjulegum heimilum á morgunverði og síðan er morgunfundur. Tilgangur morgunfundarins er margvíslegur, hann er meðal annars vettvangur til að taka upp hin ýmsu mál, koma á framfæri upplýsingum og bera fram óskir um hluti eins og bæjarferðir eða heimsóknir.

Markmið morgunfundarins er að:

- Byrja daginn sameiginlega
- Kynna starfsemi dagsins og skipta niður verkefnum
- Meta/auka færni skjólstæðinga til að tjá sig í hóp



- Meta skjólstæðinga með tilliti til samskipta og hvernig þeir vinna úr upplýsingum
- Efla frumkvæði skjólstæðinga

Að loknum morgunfundi eru heimilisþrif. Ætlast er til að skjólstæðingar taki virkan þátt, unnið er eftir ákveðnu skipulagi og lagt er upp með að gæslumenn og skjólstæðingar vinni verkin saman. Gæslumenn, sem margir hverjir eru menntaðir félagsliðar, sinna því mikilvæga starfi að vera fyrirmyndir skjólstæðinganna og ganga á undan með góðu fordæmi.

Yfir vetrartímann er boðið upp á einingabært nám á Sogni, kennari kemur frá Fjölbrautaskóla Suðurlands tvisvar í viku. Flestir þeirra sem eru á Sogni nýta sér þennan möguleika og eru dæmi þess að skjólstæðingar hafi útskrifast sem stúdentar meðan á vistinni stóð.

Iðjupjálfun á Sogni

Markmið með iðjupjálfuninni er að:

- Meta virkni og færni skjólstæðingsins við eigin umsjá, atvinnu og tómstundir
- Efla frumkvæði skjólstæðingsins til framkvæmdar athafna
- Áhugahvetja og virkja skjólstæðinginn í eigin ákvarðanatöku/efla eigin áhrifamátt
- Efla og/eða viðhalda færni skjólstæðingsins að því marki sem hann kys og er fær um
- Stuðla að jafnvægi í daglegu lífi, þannig að skjólstæðingurinn geti lifað sjálfstæðu og innihaldsríku lífi og verið ábyrgur og virkur í þjóðfélaginu

Í iðjupjálfun á Sogni hef ég haft Líkanið um iðju mannsins (Model of Human Occupation - MOHO) að leiðarljósi, en þar er lögð áhersla á áhugahvöt einstaklingsins til að stunda iðju, sem hentar lífsstíl hans og venjum.

Í fyrsta skiptið í sögu staðarins eru nú eingöngu karlmenn á Sogni. Meðalaldurinn er frekar lágur og meirihluti skjólstæðinganna hefur átt við alvarlegan vímuefnavanda að stríða. Margir

hafa litla sem enga vinnusögu og skólagangan hefur verið slitrótt. Einbeiting og úthald til verka er af skörnum skammti og áhugi til hvers kyns iðju lítill eða í sumum tilfellum enginn.

Í iðjupjálfun er leitast við að auka færni skjólstæðingsins í athöfnum daglegs lífs. Miðað er við „fyrsta stig“ starfsendurhæfingar þar sem lögð er áhersla á mætingu, einbeitingu, frumkvæði til verka, verkgetu, skipulag og framkvæmd athafna/verka svo eitthvað sé nefnt.



Markmið atvinnutengdrar endurhæfingar á Sogni er að meta og/eða þjálf:

- Mætingu skjólstæðingsins
- Hvort skjólstæðingurinn geti farið eftir leiðbeiningum
- Úthald skjólstæðingsins til vinnu
- Verkgetu og skipulagningu skjólstæðingsins
- Hvernig skjólstæðingurinn gengur um áhöld, verkfæri og almennt um vinnusvæðið

Til þess að þetta sé mögulegt er mikilvægt að boðið sé upp á verkefni sem vekja áhuga og forvitni einstaklingsins.

Starfsemin í iðjupjálfuninni á Sogni fór frekar hægt af stað síðastliðið haust og með orðatiltækið „Góðir hlutir gerast hægt“ í farteskinu lagði ég upp

full bjartsýni. Ég byrjaði á því að taka til í iðjuaðstöðunni, hafði dyrnar opnar og skapaði hin ýmsu hljóð til að auka á forvitni þeirra sem mögulega áttu leið fram hjá. Strákarnir litu inn til mín, fullir tortryggni, enda var ég gjör-samlega óþekkt stærð í þessu samhengi og það þarf að skapa traust við svona aðstæður. Ekki leið á löngu þar til tveir af þeim voru komnir með tusku í hönd og voru farnir að aðstoða við þrifin. Svona liðu vikurnar, það kom oft fyrir að ég sat ein, með gæslumanni, í iðju-

þjálfuninni fyrir hádegi en svo rak einn og einn inn nefið eftir hádegið. Það var ekki mikið um framkvæmdir eða iðjusemi, einn sem greip í pensil stöku sinnum og galdraði fram á nokkrum mínútum fallegar hestamyndir. Einn þrjónaði eina og eina húfu, annar reyndi að setja saman módel. Mörg undanfarin ár hafa Sognverjar tekið að sér að pakka kortum af öllum stærðum og gerðum fyrir fyrirtæki úti í bæ, haustið var engin undantekning en nú brá svo við að áhuginn á þessari vinnu var ekki mikill. Aðeins einn skjólstæðingur var virkur í þessari þökkunarvinnu. Í kjölfar bankahrunsins fór svo á endanum að við misstum þetta annars ágæta verkefni.

Eins og áður segir þá er ég í hlutastarfi á Sogni en ég er einnig í hlutastarfi á hjúkrunardeildum á Heilbrigðisstofnun



Suðurlands. Ég fór að brjóta heilann um það hvernig ég gæti tengt þessa annars ólíku vettvanga saman. Niðurstaðan varð sú að einn úr röðum vistmanna á Sogni tók að sér að teikna myndir á léreft sem íbúarnir á öldrunardeildunum á HSU máluðu. Þetta þótti takast vel, ekki síst í ljósi þess að teiknarinn fékk nú hlutverk sem hann tók alvarlega og lagði metnað sinn í að skila vel. Verkefnið gaf honum tilgang til að mæta í iðjuþjálfunina og sú staðreynd að vinna hans var mikils metin og eftirsótt gaf honum byr undir báða vængi.

Eins og áður hefur komið fram er íhlutunin á Sogni einstaklingsmiðuð og er því mikilvægt að hægt sé að bjóða upp á verkefni/iðju við hæfi hvers og eins, þar sem styrkleikarnir fá að njóta sín. Um þessar mundir eru skjólstaðingarnir, að eigin frumkvæði, að vinna við að gera upp/gera við tölvur sem dæmdar hafa verið ónýtar. Hugmyndin er að gefa tölvurnar áfram til þeirra sem gætu nýtt sér þær. Einn af skjólstaðingunum hefur veg og vanda af þessu verkefni enda liggur mesta tölvuþekkingin hjá honum. Hann leiðbeinir og deilir út verkefnum til

hinna. Tölvurnar höfum við fengið frá Sorpu á Selfossi og Hveragerði auk þess sem skólar og fyrirtæki hafa sent okkur gömlu tölvurnar sínar þegar endurnýjun á sér stað. Nú þegar hafa tíu tölvur verið afhentar til Geðhjálpar sem svo gefur þær áfram til skjólstaðinga sinna.

Með hækkandi sól og hlýnandi veðri fluttist iðjuþjálfunin að mestu út í garð. Þar eru mörg verkefni sem þarf að inna af hendi og hafa strákarnir skipt með sér verkum. Þeir hafa tekið að sér að mála starfsmannabústaðinn að utan, sjá um að slá garðinn og einn hefur yfirmumsjá með gróðurhúsinu. Snemma í vor settu þeir niður kartöflur þannig að nú bíða allir spennitir eftir uppskerunni.

Ég hef starfað á Sogni í tæpt ár og það hefur verið bæði viðburðaríkt og lærdómsríkt. Ég hef nýtt þetta ár til að þreifa fyrir mér, til að átta mig betur á því hvernig iðjuþjálfun gæti best komið að notum á stofnun eins og Sogni. Ég hef komist að því að veganestið sem ég hafði með mér frá Kleppi er ómetanlegt og hefur meðal annars sparað mér mikla vinnu. Ég komst líka að því að hér er starf iðjuþjálfans í stuttu máli

fólgið í því að vekja áhuga hjá skjólstaðingunum, finna styrkleika þeirra og aðstoða þá við að koma auga á og efla þessa styrkleika.

Mikið hefur verið rætt um staðsetningu Sogns og hvort ekki væri tímabært að flytja stofnunina nær geðdeildum LSH þar sem meðal annars sérfræðiþekkingin liggur. Ég er, eftir að hafa starfað hér í þetta eina ár, sannfærð um ágæti núverandi staðsetningar. Nálægðin við náttúruna og fjarlægðin frá ys og þys borgarinnar hefur sína kosti. Það að geta farið út á góðviðrisdögum og tekið til hendinni við hin ýmsu störf sem mörg hver krefjast bæði líkamlegrar og andlegrar áreynslu er góður kostur. Hér hafa vistmenn ræktað eigið grænmeti og sumarblóm mörg undanfarin sumur og nú stendur til að setja upp hænsnakofa með nokkrum íslenskum hænum sem þarf að sinna. Á Sogni eiga þrír kettir heimili sem una hag sínum vel í sambyli við skjólstaðinga og starfsfólk. Það hefur verið sýnt fram á að gæludýr hafa góð áhrif á andlega líðan fólks, kisurnar á Sogni eru þar engin undantekning og með það í huga fögnum við komu íslensku hænunnar á Sogn.

■ Myndir frá Sogni eru birtar með leyfi Stefáns Karlssonar ljósmyndara á Fréttablaðinu



Háskólinn
á Akureyri
University
of Akureyri



HEILBRIGÐISVÍSINDASVIÐ HÁSKÓLANS Á AKUREYRI

HJÚKRUNARFRÆÐI - IÐJUPJÁLFUN DIPLÓMU- OG MEISTARANÁM Í HEILBRIGÐISVÍSINDUM

HJÚKRUNARFRÆÐI

Markmið námsins er að búa nemendur undir að gegna almennum hjúkrunarstörfum svo og stjórnunar- og fræðslustörfum á flestum sviðum heilbrigðisþjónustu. Námið skiptist í raunvísindi, hug- og félagsvísindagreinar og hjúkrunarfræðigreinar. Klínískt nám hefst strax á fyrsta ári, fer fram víða um land og tekur samtals 24 vikur.

IÐJUPJÁLFUN

Háskólinn á Akureyri er eini íslenski háskólinn sem býður upp á nám í iðjupjálfun. Markmið námsins er að búa nemendur undir fjölbreytt störf sem iðjupjálfar í heilbrigðis- og félagsþjónustu, skólakerfinu og á almennum markaði. Námið skiptist í raunvísindi, hug- og félagsvísindagreinar, heilbrigðisvísindi og iðjuvísindi. Vettvangsnám er 25 vikur.

DIPLÓMU- OG MEISTARANÁM Í HEILBRIGÐISVÍSINDUM

Við heilbrigðisdeild er í boði nám til meistaragráðu í heilbrigðisvísindum. Námið er 120 ects og samanstendur af sex 10 eininga námskeiðum og 60 eininga rannsóknarverkefni. Einnig er í boði diplómanám og hægt er að skrá sig í einstök námskeið.

AÐSTAÐA

Á háskólasvæðinu á Sólborg er sérstök álma fyrir verklegt nám í heilbrigðisvísindum. Húsnæðið er ríkulega búið tækjum sem notuð eru við kennslu og er aðstaða fyrir nemendur eins og hún gerist best.

Frekari upplýsingar:

Á www.unak.is er að finna gagnlegar upplýsingar, m.a. um námsframboðið, lesaðstöðu, stúdenta-garða, félagslíf, umsóknarferlið og skólabæinn Akureyri. Þar er einnig hægt að skrá sig til að fá kynningarefni sent heim að dyrum.

HNAPPUR SEM GETUR BJARGAÐ LÍFI ÞÍNU OG ÞINNA NÁNUSTU

Það dregur úr áhyggjum aðstandenda að vita af sínum nánustu í öruggum höndum öllum stundum. Öryggishnappur Securitas er borinn um háls eða á hendi svo alltaf sé hægt að ná til hans. Hann er beintengdur stjórnstöð Securitas þannig að um leið og boð berast opnast talsamband við sérþjáfað starfsfólk í stjórnstöð. Öryggisvörður með lykil að húsnæði þínu kemur strax á vettvang og er sjúkrabíll og/eða læknir sendur ef þörf krefur ásamt því að haft er samband við aðstandendur.

Hafðu samband við Securitas í síma 580 7000 og kynntu þér öryggishnappinn.

