**1. Ταξινόμηση των Ανθρώπινων Έργων**

Παραδοσιακά η Εργοθεραπεία ταξινομούσε τα καθημερινά έργα των ανθρώπων σε τρεις τομείς, τον τομέα αυτοφροντίδας, τον τομέα παραγωγικότητας και τον τομέα ψυχαγωγίας (AOTA, 1994, CAOT, 1997). Τα τελευταία χρόνια, o Αμερικάνικος Σύλλογος Εργοθεραπείας έχει αυξήσει τις κατηγορίες αυτές σε οχτώ τομείς έργου. Οι τομείς αυτοί περιλαμβάνουν τις δραστηριότητες καθημερινής ζωής, τις σύνθετες δραστηριότητες καθημερινής ζωής, την ανάπαυση και τον ύπνο, την εκπαίδευση, την εργασία, το παιχνίδι, τον ελεύθερο χρόνο, και την κοινωνική συμμετοχή.

* **Δραστηριότητες Καθημερινής Ζωής ΔΚΖ** (Activities of Daily Living, ADLs). Αναφέρονται σε δραστηριότητες που κατευθύνονται στη φροντίδα του σώματος και του εαυτού, είναι σημαντικές για την επιβίωση και ευεξία των ατόμων αλλά και για τη συνύπαρξη με άλλους σε έναν κοινωνικό κόσμο. Ονομάζονται επίσης και *Βασικές Δραστηριότητες Καθημερινής Ζωής* (Basic Activities of Daily Living, BADLs), *Προσωπικές Δραστηριότητες Καθημερινής Ζωής* (Personal Activities of Daily Living PADLs) ή *Δραστηριότητες Αυτοφροντίδας/Αυτοϋπηρέτησης* (Self-Care Activities) (ΑΟΤΑ, 2014, Christiansen & Hammecker, 2011, Rogers & Holm, 1994).
* **Σύνθετες Δραστηριότητες Καθημερινής Ζωής** (Instrumental Activities of Daily Living). Ο τομέας αυτός αναφέρεται σε δραστηριότητες που υποστηρίζουν την καθημερινή ζωή μέσα στο σπίτι και στην κοινότητα και που συχνά απαιτούν πιο πολύπλοκες αλληλεπιδράσεις από ότι αυτές των Δραστηριοτήτων Καθημερινής Ζωής. Οι δραστηριότητες αυτές είναι πολύπλοκες και προαιρετικές στη φύση τους (AOTA, 2014).
* **Ανάπαυση και Ύπνος** (Rest and Sleep). Ο τομέας αυτός αναφέρεται σε αναζωογονητικές δραστηριότητες ανάπαυσης και ύπνου έτσι ώστε να υποστηριχθεί μια υγιή και ενεργητική συμμετοχή σε άλλα έργα. Περιλαμβάνει όλες εκείνες τις δραστηριότητες που μας προετοιμάζουν για τον ύπνο (AOTA, 2014, O’ Brien & Hussey, 2012).
* **Εκπαίδευση** (Education). Περιλαμβάνει τυπικές και άτυπες δραστηριότητες, απαραίτητες για μάθηση και συμμετοχή σε οποιοδήποτε εκπαιδευτικό περιβάλλον (AOTA, 2014).
* **Εργασία** (Work). Περιλαμβάνει υποχρεωτικά έργα που εκτελούνται με ή χωρίς οικονομική ανταμοιβή (Christiansen & Townsend, 2014).
* **Παιχνίδι** (Play). Περιλαμβάνει κάθε αυθόρμητη ή οργανωμένη δραστηριότητα που προσφέρει χαρά, διασκέδαση, ψυχαγωγία ή απόσπαση της προσοχής (Parham & Fazio, 1997).
* **Ελεύθερος Χρόνος** (Leisure).Μη υποχρεωτική δραστηριότητα που είναι εσωτερικά κινητοποιούμενη και με την οποία ασχολείται το άτομο κατά τον ελεύθερο χρόνο του δηλαδή σε χρόνο που δεν τον αφιερώνει σε υποχρεωτικά έργα όπως εργασίας, αυτοφροντίδας ή ύπνου (Parham & Fazio, 1997).
* **Κοινωνική Συμμετοχή** (Social Participation). Περιλαμβάνει τη συμμετοχή σε μια υποομάδα δραστηριοτήτων που εμπεριέχουν κοινωνικές αλληλεπιδράσεις με άλλους και που υποστηρίζουν την κοινωνική αλληλεξάρτηση. Αποτελείται από τη συνύφανση των έργων ώστε να υποστηριχθεί η επιθυμητή συμμετοχή στις δραστηριότητες της οικογένειας και της κοινότητας καθώς και σε εκείνες που περιλαμβάνουν συνομηλίκους και φίλους. Η κοινωνική συμμετοχή μπορεί να επιτευχθεί είτε προσωπικά είτε από απόσταση, με τη χρήση τεχνολογίας, όπως κατά την τηλεφωνική κλήση, την αλληλεπίδραση μέσω διαδικτύου, και την τηλεδιάσκεψη (Gillen & Boyt Schell, 2014, Magasi & Hammel, 2004)

(παρατίθενται σε AOTA, 2014).

Οι τομείς των έργων και οι δραστηριότητες που συμπεριλαμβάνονται σε κάθε έναν από αυτούς τους τομείς έργου παρουσιάζονται αναλυτικότερα στον Πίνακα 3.

**Πίνακας 3.** Τομείς έργων και δραστηριότητες

|  |
| --- |
| **ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗΣ ΖΩΗΣ** * Μπάνιο και ντους
* Τουαλέτα και υγιεινή τουαλέτας:
* Ένδυση
* Κατάποση/φαγητό
* Σίτιση
* Λειτουργική Κινητικότητα
* Φροντίδα προσωπικών αντικειμένων
* Προσωπική υγιεινή και περιποίηση
* Σεξουαλική δραστηριότητα

**ΣΥΝΘΕΤΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗΣ ΖΩΗΣ*** Φροντίδα άλλων
* Φροντίδα ζώων
* Ανατροφή παιδιών
* Διαχείριση επικοινωνίας
* Οδήγηση και μετακίνηση στην κοινότητα
* Οικονομική διαχείριση
* Διαχείριση και διατήρηση υγείας
* Απόκτηση και διαχείριση σπιτιού
* Προετοιμασία γεύματος και μάζεμα
* Θρησκευτικές και πνευματικές δραστηριότητες και έκφραση
* Διατήρηση της ασφάλειας και αντιμετώπιση έκτακτων αναγκών
* Ψώνια

**ΞΕΚΟΥΡΑΣΗ ΚΑΙ ΥΠΝΟΣ** * Ανάπαυση
* Προετοιμασία ύπνου
* Συμμετοχή στον ύπνο

**ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ** * Συμμετοχή στην τυπική εκπαίδευση
* Διερεύνηση ανεπίσημων/άτυπων προσωπικών εκπαιδευτικών αναγκών ή ενδιαφερόντων (πέρα από την τυπική εκπαίδευση)
* Συμμετοχή σε ανεπίσημη προσωπική εκπαίδευση

 **ΕΡΓΑΣΙΑ** * Ενδιαφέροντα και επιδιώξεις εργασίας
* Αναζήτηση και απόκτηση εργασίας
* Εκτέλεση εργασίας
* Προετοιμασία και προσαρμογή στη συνταξιοδότηση
* Διερεύνηση εθελοντισμού
* Συμμετοχή σε εθελοντικές δραστηριότητες

**ΠΑΙΧΝΙΔΙ*** Διερεύνηση παιχνιδιού
* Συμμετοχή παιχνιδιού

**ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ** * Διερεύνηση Ελεύθερου Χρόνου
* Συμμετοχή Ελεύθερου Χρόνου

**ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ** * Συμμετοχή σε δραστηριότητες στην κοινότητα (στη γειτονιά, στο σχολείο, στον εργασιακό χώρο, θρησκευτικές/πνευματικές ομάδες)
* Συμμετοχή σε δραστηριότητες στην οικογένεια
* Συμμετοχή σε δραστηριότητες με ομηλίκους ή φίλους (εδώ συμπεριλαμβάνεται και η συμμετοχή σε σεξουαλική δραστηριότητα)
 |

 *Σωματικές Λειτουργίες και Δομές*

Οι **Σωματικές Λειτουργίες** αναφέρονται στις φυσιολογικές λειτουργίες των συστημάτων του σώματος όπως οι αισθητηριακές, οι μυοσκελετικές, οι νοητικές, οι ψυχολογικές, οι καρδιοαγγειακές, οι αναπνευστικές, και οι ενδοκρινικές. Στον Πίνακα 9 παρουσιάζονται οι σωματικές λειτουργίες με βάση τη Διεθνή Ταξινόμηση της Λειτουργικότητας, Ανικανότητας και Υγείας (International Classification of Functioning, Disability and Health, ICF). Για μια πληρέστερη περιγραφή ο αναγνώστης παραπέμπεται στον ΠΟΥ (WHO, 2001).

**Πίνακας 9.** Σωματικές Λειτουργίες

|  |
| --- |
| **ΝΟΗΤΙΚΕΣ/ΨΥΧΙΚΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ (νοητικές, αντιληπτικές, συναισθηματικές)** |
| **Ειδικές Νοητικές Λειτουργίες** |
| Υψηλού επιπέδου νοητικές λειτουργίες | Κρίση, σχηματισμός εννοιών, μεταγνώση, εκτελεστικές λειτουργίες, πράξη, γνωστική ευελιξία, αντίληψη  |
| Προσοχή | Συνεχής μετατόπιση προσοχής (sustained shifting), κατανεμημένη προσοχή (divided attention), συγκέντρωση, διάσπαση  |
| Μνήμη | Μακροπρόθεσμη, βραχυπρόθεσμη και μνήμη εργασίας |
| Σκέψη | Έλεγχος και περιεχόμενο σκέψης, επίγνωση της πραγματικότητας σε αντιδιαστολή με τις παραισθήσεις, λογική σκέψη  |
| Νοητικές λειτουργίες διαδοχής πολύπλοκων κινήσεων | Ρύθμιση της ταχύτητας, της ανταπόκρισης, της ποιότητας, και του χρόνου της κινητικής παραγωγής ως ανταπόκριση σε μια εσωτερική ανησυχία όπως η νευρικότητα, το χτύπημα των δαχτύλων, το στριφογύρισμα χεριών  |
| Συναίσθημα | Ρύθμιση και εύρος συναισθήματος, καταλληλότητα των συναισθημάτων συμπεριλαμβανομένου του θυμού, της αγάπης, της έντασης και του άγχους |
| Εμπειρία του εαυτού και του χρόνου | Επίγνωση της ταυτότητας, του σώματος και της θέσης του ατόμου στην πραγματικότητα, στο περιβάλλον και στο χρόνο  |
| **Σφαιρικές/γενικές νοητικές/ψυχικές λειτουργίες** |
| Συνείδηση  | Κατάσταση επίγνωσης και ετοιμότητας. Συμπεριλαμβάνει τη διαύγεια και τη συνοχή του ατόμου στην κατάσταση εγρήγορσης (wakeful state) |
| Προσανατολισμός | Προσανατολισμός σε πρόσωπα, χώρο, χρόνο, εαυτό, άλλους |
| Ιδιοσυγκρασία και προσωπικότητα | Εξωστρέφεια, εσωστρέφεια, συνενετικότητα, ευσυνειδησία, συναισθηματική σταθερότητα, άνοιγμα στην εμπειρία, αυτοέλεγχος, αυτό-έκφραση, αυτοπεποίθηση, κίνητρα, έλεγχος παρόρμησης, διάθεση  |
| Ενέργεια και κίνητρο | Επίπεδο ενέργειας, κίνητρο, διάθεση, έλεγχος, πόθος, παρόρμηση  |
| Ύπνος | Φυσιολογικές λειτουργίες, ποιότητα ύπνου |
| **Αισθητηριακές λειτουργίες** |
| Οπτικές λειτουργίες | Ποιότητα όρασης, οπτική οξύτητα, οπτική σταθερότητα και λειτουργίες οπτικού πεδίου για την ενίσχυση της οπτικής αναγνώρισης του περιβάλλοντος σε ποικίλες αποστάσεις |
| Ακουστικές λειτουργίες | Εντόπιση και διάκριση του ήχου, επίγνωση της πηγής, θέσης και απόστασης του ήχου  |
| Αιθουσαίες λειτουργίες | Αίσθηση σχετικά με τη θέση, την ισορροπία, και την ασφαλή κίνηση ενάντια στη βαρύτητα |
| Γευστικές λειτουργίες | Οργάνωση των αισθήσεων πικρού, γλυκού, ξινού αλμυρού |
| Οσφρητικές λειτουργίες | Αίσθηση των οσμών και της μυρωδιάς |
| Ιδιοδεκτικές λειτουργίες | Επίγνωση της θέσης του σώματος και του χώρου |
| Απτικές λειτουργίες | Αίσθηση του αγγίγματος των άλλων ή ποικίλων υφών όπως της υφής των τροφών ή του χαδιού, του μουδιάσματος. Υπερευαισθησία, παραισθησία.  |
| Πόνος | Δυσάρεστο συναίσθημα που υποδεικνύει πιθανή ή πραγματική βλάβη σε κάποια σωματική δομή π.χ. στο στομάχι, αίσθηση γενικευμένου ή εξειδικευμένου πόνου π.χ. διάχυτος, αμβλύς, οξύς, διακεκομμένος  |
| Ευαισθησία στη θερμοκρασία και στην πίεση | Θερμική επίγνωση, αίσθηση της πίεσης που εφαρμόζεται στο δέρμα |
| **Νευρομυοσκελετικές και σχετικές με την κίνηση λειτουργίες** |
| Λειτουργίες αρθρώσεων και οστών |  |
| Κινητικότητα αρθρώσεων  | Εύρος κίνησης της άρθρωσης  |
| Σταθερότητα αρθρώσεων  | Διατήρηση της δομικής ακεραιότητας των αρθρώσεων σε όλο το σώμα, σταθερότητα των αρθρώσεων  |
| **Μυϊκές λειτουργίες** |
| Μυϊκή δύναμη | Δύναμη |
| Μυϊκός τόνος | Βαθμός μυϊκής τάσης (π.χ. υποτονία, σπαστικότητα, διακύμανση) |
| Μυϊκή αντοχή | Διατήρηση της μυϊκής σύσπασης  |
| **Κινητικές λειτουργίες** |
| Αντανακλαστικά κίνησης | Ακούσια σύσπαση μυών που παράγεται αυτόματα εξαιτίας ενός συγκεκριμένου ερεθίσματος π.χ. συμμετρικό και ασύμμετρο τονικό αυχενικό αντανακλαστικό |
| Ακούσιες κινητικές αντιδράσεις | Στασικές αντιδράσεις, αντιδράσεις προσαρμογής του σώματος, στηρικτικές αντιδράσεις  |
| Έλεγχος εκούσιων κινήσεων  | Συντονισμός ματιού-χεριού και ματιού-ποδιού, αμφίπλευρος συντονισμός, πέρασμα μέσης γραμμής του σώματος, λεπτός και αδρός κινητικός έλεγχος, οπτικοκινητικές λειτουργίες όπως σακκαδικές κινήσεις ματιών, προσαρμογή ματιών, ακολουθίες ματιών, διόφθαλμη όραση |
| Μοτίβα βάδισης  | Βάδιση και κινητικότητα κατά την εμπλοκή σε έργα π.χ. πρότυπα βάδισης και διαταραχές, ασύμμετρη βάδιση, άκαμπτη βάδιση |
| **Καρδιοαγγειακές, αιματολογικές, ανοσολογικές και αναπνευστικές λειτουργίες**  |
| Καρδιοαγγειακές λειτουργίες Αιματολογικές και ανοσολογικές λειτουργίες | Λειτουργίες της πίεσης του αίματος (υπέρταση, υπόταση, ορθοστατική υπόταση), των καρδιακών παλμών  |
| Αναπνευστικές λειτουργίες  | Ταχύτητα, ρυθμός και βάθος αναπνοής |
| Επιπρόσθετες λειτουργίες και αισθήσεις του καρδιοαγγειακού και αναπνευστικού συστήματος  | Φυσική αντοχή, αεροβική ικανότητα, ζωτικότητα, κούραση  |
| **Λειτουργίες φωνής και ομιλίας, πεπτικές, μεταβολικές, και ενδοκρινικές λειτουργίες, ουροποιητικές και αναπαραγωγικές λειτουργίες** |
| Λειτουργίες φωνής και ομιλίας | Ευχέρεια και ρυθμός, εναλλακτικές λειτουργίες της φώνησης |
| Πεπτικές, μεταβολικές και ενδοκρινικές λειτουργίες | Λειτουργίες πέψης, μεταβολισμού και ενδοκρινολογικές |
| Ουροποιητικές και αναπαραγωγικές λειτουργίες | Ουροποιητικές λειτουργίες, γενετικές λειτουργίες, λειτουργίες αναπαραγωγής |
| **Λειτουργίες του δέρματος και των ανάλογων οργάνων** |
| Λειτουργίες δέρματοςΛειτουργίες μαλλιών και νυχιών | Προστασία (παρουσία ή απουσία τραυμάτων, σχισμάτων, γδαρσιμάτων) και αποκατάσταση (θεραπεία τραύματος) |

Οι σωματικές λειτουργίες διαφέρουν από τις δεξιότητες εκτέλεσης που παρουσιάστηκαν στην προηγούμενη ενότητα, στα παρακάτω σημεία:

* Οι σωματικές λειτουργίες αναφέρονται στο *τι κάνουν τα συστήματα του σώματος ενός ατόμου* και περιλαμβάνουν λειτουργίες όπως τη μνήμη, τον αμφίπλευρο συντονισμό, την πράξη κ.λ.π., ενώ οι δεξιότητες εκτέλεσης αναφέρονται στο *τι κάνει το άτομο* όσο αλληλεπιδρά με τα αντικείμενα και το περιβάλλον κατά την εμπλοκή του σε έργα όπως π.χ. πηδάει ένα σχοινί, επιλέγει ένα μολύβι, το χρησιμοποιεί για να γράψει κλπ.
* Οι δεξιότητες εκτέλεσης είναι ορατές και παρατηρούνται εύκολα από τον εργοθεραπευτή, ενώ οι σωματικές λειτουργίες δεν είναι ορατές. Στο παράδειγμα του ατόμου που θέλει να πάρει χυμό από το ψυγείο του, ο εργοθεραπευτής μπορεί να παρατηρήσει τη δεξιότητα εκτέλεσης π.χ. το τράβηγμα της πόρτας του ψυγείου, αλλά όχι τη δύναμη με την οποία την τραβάει. Αν το άτομο δεν καταφέρει τελικά να ανοίξει την πόρτα, ο εργοθεραπευτής μπορεί να κάνει μόνο υποθέσεις σχετικά με τη δύναμη που έχει το άτομο. Κάποιες φορές οι εργοθεραπευτές μπορεί να νομίζουν ότι βλέπουν τη μειωμένη δύναμη ή κάποια άλλη σωματική λειτουργία, στην πραγματικότητα όμως βλέπουν τη δεξιότητα εκτέλεσης (Fisher & Griswold, 2014).

Οι **σωματικές δομές** αναφέρονται στα ανατομικά μέρη του σώματος όπως η καρδιά και τα αγγεία που υποστηρίζουν την καρδιαγγειακή λειτουργία ή τα άκρα και οι μύες που υποστηρίζουν τις μυοσκελετικές λειτουργίες (WHO, 2001, p.10). Στον Πίνακα 10 που ακολουθεί παρουσιάζονται οι σωματικές δομές του ατόμου με μερικά παραδείγματα αυτών.

**Πίνακας 10.** Σωματικές Δομές

|  |  |
| --- | --- |
| **ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΣΩΜΑΤΙΚΩΝ ΔΟΜΩΝ**  | **ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΣΩΜΑΤΙΚΩΝ ΔΟΜΩΝ** |
| Δομές του νευρολογικού συστήματος | Εγκέφαλος, σπονδυλική στήλη, νωτιαία νεύρα, συμπαθητικό, παρασυμπαθητικό σύστημα  |
| Αυτιά, μάτια και σχετικές δομές | Μάτια (αμφιβληστροειδής, κερατοειδής, φακοί κ.α.), εξωτερικοί μύες ματιών. Αυτιά (εσωτερικό, μεσαίο, εξωτερικό) |
| Δομές του καρδιοαγγειακού, ανοσολογικού και αναπνευστικού συστήματος | Καρδιά, φλέβες, αρτηρίες. Πνεύμονες, τραχεία, αναπνευστικοί μύες, λεμφικό σύστημα, βρογχιόλια (μικροί βρόγχοι).  |
| Δομές πεπτικού, μεταβολικού και ενδοκρινικού συστήματος | Οισοφάγος, στομάχι, έντερο.Αδένες  |
| Δομές ουροποιητικού και αναπαραγωγικού συστήματος | Κύστη, ουρήθρα, ουρητήρας.Μήτρα, ωοθήκες, σάλπιγγες. |
| Δομές σχετικές με την κίνηση | Οστά, αρθρώσεις, μύες, τένοντες, σύνδεσμοι.  |
| Δέρμα και σχετικές με αυτό δομές | Στιβάδες δέρματος, αισθητηριακά όργανα στο δέρμα, μαλλιά. |

*Προσαρμοσμένο από*: **American Occupational Therapy Association (2014). Occupational Therapy Practice: Domain & Process (3rd ed.). *The American Journal of Occupational Therapy, 68* (Supplement 1), S1-S40. Ανακτήθηκε από το δικτυακό τόπο** [**http://ajot.aota.org**](http://ajot.aota.org)

Σχετικά με τις σωματικές λειτουργίες και τις σωματικές δομές ισχύουν τα παρακάτω:

* Η απουσία, ο περιορισμός ή η διαταραχή στις σωματικές λειτουργίες και δομές ενός ατόμου συνήθως οφείλεται σε ασθένεια, στέρηση, ανικανότητα ή σε άλλες αρνητικές εμπειρίες ζωής. Για παράδειγμα, άτομα με κάκωση νωτιαίου μυελού παρουσιάζουν διαταραγμένες κινητικές και αισθητηριακές λειτουργίες ενώ παιδιά που μεγαλώνουν σε στερητικά περιβάλλοντα ή σε περιβάλλοντα κακοποίησης παρουσιάζουν φτωχές νοητικές λειτουργίες.
* Οι σωματικές λειτουργίες και δομές επηρεάζουν τις δεξιότητες εκτέλεσης και κατά συνέπεια την εκτέλεση έργου του ατόμου. Για παράδειγμα, ένα άτομο με ακρωτηριασμούς στα κάτω άκρα (απουσία δομής σώματος), δεν θα μπορεί να περπατήσει (δεξιότητα εκτέλεσης) και κατά συνέπεια να μετακινηθεί προς και από τη δουλειά του (έργο). Αντίθετα, αν ένα άτομο έχει καλές κινητικές λειτουργίες, τότε θα έχει ικανοποιητικές κινητικές δεξιότητες όπως για παράδειγμα να μετακινείται, να χειρίζεται αντικείμενα στα χέρια του, να παίζει καλό ποδόσφαιρο (ΑΟΤΑ, 2014).
* Οι σωματικές λειτουργίες και δομές επηρεάζονται και αυτές από τις δεξιότητες εκτέλεσης, τα μοτίβα εκτέλεσης, τα πλαίσια και τα περιβάλλοντα αλλά και από την ίδια την εμπειρία έργου (ΑΟΤΑ, 2014). Για παράδειγμα, όσο περισσότερο ποδήλατο (έργο) κάνει ένα παιδί, τόσο βελτιώνεται η δεξιότητά του να ισορροπεί πάνω σε αυτό, να στρίβει, να πατάει φρένο (δεξιότητες εκτέλεσης), κατά συνέπεια και η ισορροπία και ο κινητικός συντονισμός του (σωματικές λειτουργίες).
* Πολλές σωματικές λειτουργίες και δομές μπορεί να βρίσκονται πίσω από κάθε δεξιότητα εκτέλεσης.