DỰ ÁN "HÒA NHẬP 1"

Lượng giá mẫu thực hiện hoạt động

Lượng giá mẫu thực hiện hoạt động

Mục tiêu học tập

- Vào cuối chủ đề này, học viên sẽ có thể trả lời các câu hỏi sau đây:

1. Các loại mẫu thực hiện hoạt động
2. Các bước lượng giá các mẫu thực hiện hoạt động
3. Lượng giá lâm sàng các mẫu thực hiện hoạt động

Mục lục

- Giới thiệu
- Các bước lượng giá các mẫu thực hiện hoạt động
- Trọng tâm của các mẫu thực hiện hoạt động
- Các loại mẫu thực hiện hoạt động và đánh giá lâm sàng của chúng

Giới thiệu

- Chương này tìm hiểu về mẫu thực hiện hoạt động và ảnh hưởng của nó đến sức khỏe và tinh thần.
- Khung Thực hành Hoạt động Trị liệu: Lĩnh vực và Tiến trình, tái bản thứ 3 (Hiệp hội Hoạt động Trị liệu Hoa Kỳ [AOTA], 2008) xác định những mẫu hoạt động như là thói quen, nếp sinh hoạt, vai trò và nghi thức được sử dụng trong quá trình tham gia vào hoạt động.

Các bước lượng giá mẫu thực hiện hoạt động

1. Thực hiện các cuộc phỏng vấn có cấu trúc với bệnh nhân, gia đình và người chăm sóc.

2. Xây dựng nội dung phần ghi chú về các hoạt động của bệnh nhân làm trong một ngày thường nhật

Các bước lượng giá mẫu thực hiện hoạt động

2A. Bản ghi chú có thể bao gồm thông tin về cách các hoạt động được thực hiện

2B. Ngoài ra, cần đề cập đến những bước mà người đó cần để hoàn thành mẫu thực hiện

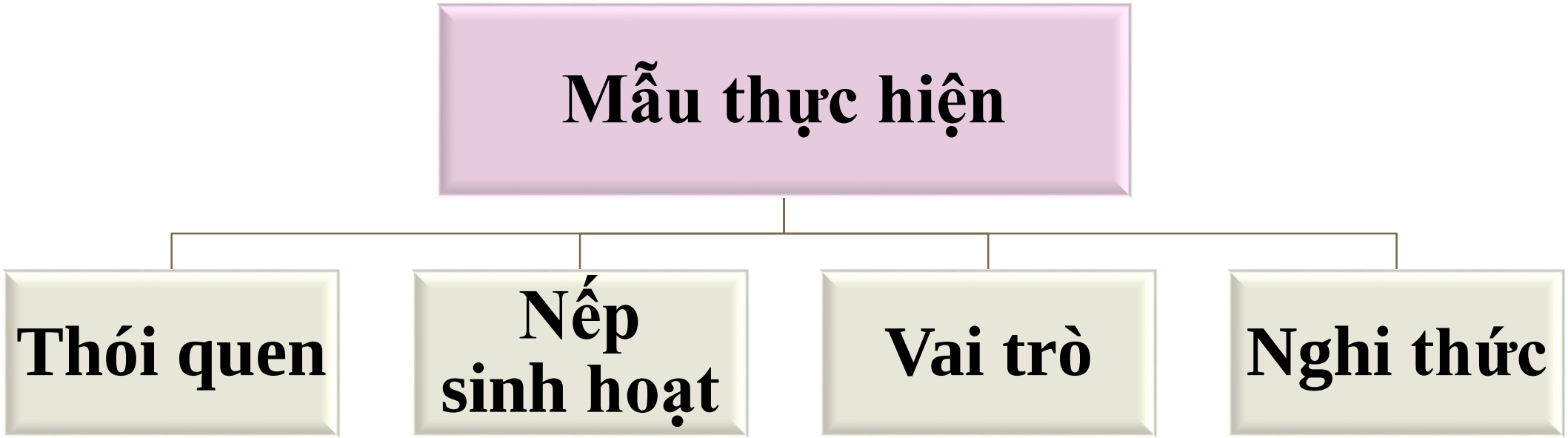
Các bước lượng giá mẫu thực hiện hoạt động

3. Mô tả các bước cụ thể trong bối cảnh tự nhiên

4. Xem xét các mẫu này là hữu ích hay cản trở

Trọng tâm của mẫu thực hiện hoạt động

Tập trung vào:
✓ Hỗ trợ sức khỏe thể chất và sự an toàn.
✓ Cảm giác được thử thách và tham gia để thể hiện tốt mỗi ngày.
✓ Tạo ra 1 hình ảnh cá nhân tích cực.
✓ Tham gia vào các mẫu hoạt động dẫn đến sự hài lòng và giảm căng thẳng.
✓ Tổ chức thời gian và năng lượng.


Mẫu thực hiện
Thói quen
Nếp sinh hoạt
Vai trò
Nghi thức

Thói quen

- Thói quen là hành vi cụ thể được thực hiện lặp đi lặp lại, tương đối tự động và ít thay đổi.
- Chúng có thể được thực hiện theo cách khác nhau trong những bối cảnh khác nhau.
- Chúng có thể **hữu ích, có hại và khó để thay đổi.**
- Chủ yếu có 3 loại:

✓*Thói quen hữu ích.*

✓*Thói quen làm suy kiệt.*

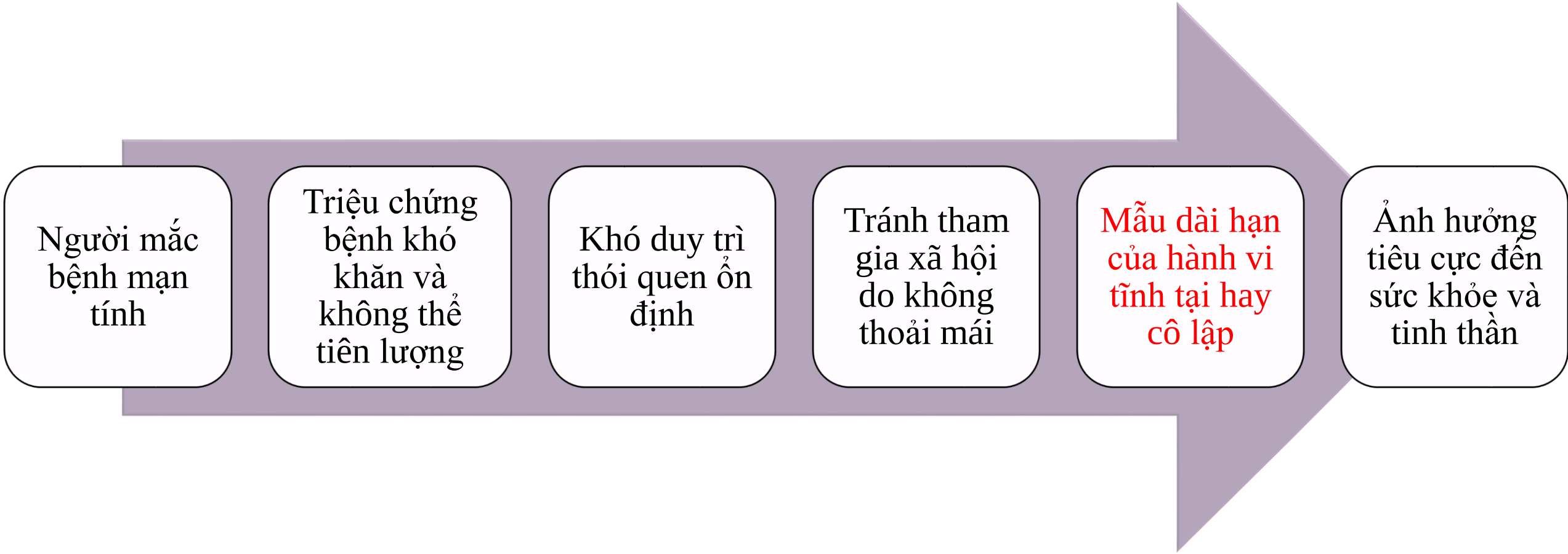
✓*Thói quen chi phối.*

Thói quen có ích	Thói quen làm suy kiệt	Thói quen chi phối
✓ Chúng được thực hiện 1 cách nhất quán mà không cần lên kế hoạch.	✓ Khi người ta gặp khó khăn khi học thói quen có ích mới.	✓ Chúng luôn được thực hiện ngay cả khi chúng cản trở hoạt động tối ưu.
✓ Chúng giúp tổ chức thời gian và nguồn lực.	✓ Không phát triển thói quen mới do khuyết tật.	✓ Về bản chất thì chúng gây nghiện và có hại.
✓ Chúng giảm mệt mỏi, cần ít sự chú ý và ít nỗ lực hơn.		✓ Chúng gây căng thẳng và lo lắng nếu không được thực hiện.
✓ Ví dụ: Đánh răng trước khi đi ngủ	✓ Ví dụ: không có khả năng lập danh sách trước khi mua sắm trong trường hợp người mắc chứng mất trí nhớ	✓ Ví dụ: hút thuốc và rửa tay liên tục

Nếp sinh hoạt

- 1 dạng thói quen cấp cao, cung cấp **"cấu trúc cho đời sống thường ngày".**
- Mẫu hành vi **có thể quan sát được, thường xuyên và lặp đi lặp lại.**
- Sự mất đi của nó có thể gây rối loạn.

Lý do và quá trình mất nếp sinh hoạt



Thói quen sinh hoạt gia đình: Chúng là những mẫu có thể quan sát và lặp đi lặp lại, liên quan đến các thành viên gia đình, xảy ra với sự đều đặn có thể dự đoán được trong cuộc sống gia đình

Ưu điểm
✓ Giúp xác định vai trò trong gia đình
✓ Tổ chức đời sống hàng ngày
✓ Phản ánh bản sắc gia đình
✓ Tăng cường sức khỏe tập thể

Ví dụ: Việc thực hành chế độ ăn uống hợp lý được thực hiện thường xuyên trong gia đình

Lượng giá lâm sàng các thói quen sinh hoạt hàng ngày

- Điều này được thực hiện bằng cách tạo một biểu đồ với các thành phần sau:

1. A - Thời gian của hoạt động
2. B - Các hoạt động được thực hiện trước tình trạng sức khỏe hiện tại
3. C - Các hoạt động được thực hiện hiện tại sau tình trạng sức khỏe

- Nhà trị liệu phỏng vấn bệnh nhân và gia đình, sau đó điền vào các cột sau:

Thời gian trong ngày	Hoạt động được thực hiện (trước đây)	Hoạt động được thực hiện (hiện tại)

Vai trò

- Vai trò hoạt động là tập hợp các hành vi được xã hội mong đợi và được định hình bởi văn hóa và bối cảnh.
- **Ví dụ về vai trò đời sống bao gồm:**

✓ Bố mẹ

✓ Con cái

✓ Người đi làm

✓ Bạn bè

✓ Sinh viên

Tính chất của vai trò

- Chúng thay đổi xuyên suốt cuộc đời.
- Vai trò mới được học và vai trò cũ được thay thế.
- Chúng cung cấp ý thức về bản sắc, mục đích và cấu trúc.
- Vai trò có thể bị phá vỡ, thay đổi và kết thúc.

Lượng giá lâm sàng của vai trò

- Lượng giá được thực hiện làm 2 phần:

1. Liệu vai trò đã được thực hiện trong quá khứ, hiện đang được thực hiện và dự định sẽ được thực hiện trong tương lai.
2. Vai trò có giá trị hay quan trọng đối với bệnh nhân để thực hiện.

Lượng giá lâm sàng của vai trò

Vai trò	Quá khứ	Hiện tại	Tương lai	Giá trị (1-10)
▪ **Sinh viên:** ✓ Đi học bán thời gian hoặc toàn thời gian				
▪ **Người chăm sóc:** ✓ Trách nhiệm, ít nhất một lần một tuần, đối với việc chăm sóc người khác như con, vợ/chồng, họ hàng hoặc bạn bè.				
▪ **Người đi làm:** ✓ Việc làm bán thời gian hoặc toàn thời gian.				

Lượng giá lâm sàng của vai trò

Vai trò	Quá khứ	Hiện tại	Tương lai	Giá trị (1-10)
▪ **Bạn bè:** ✓ Dành thời gian hoặc làm một cái gì đó, ít nhất một lần một tuần, với một người bạn.				
▪ **Thành viên gia đình:** ✓ Dành thời gian hoặc làm một việc gì đó, ít nhất một lần một tuần, với một thành viên trong gia đình như con cái, vợ/chồng hoặc người thân khác.				
▪ **Khác:** ✓ Một vai trò không được liệt kê mà bạn đã thực hiện, hiện đang thực hiện và / hoặc có kế hoạch thực hiện. Viết vai trò ở đây và kiểm tra các cột có thể áp dụng				

Nghi thức

- Hành động tượng trưng với ý nghĩa tinh thần, văn hóa hoặc xã hội.
- Nó đóng góp cho bản sắc cá nhân.
- Củng cố giá trị và niềm tin
- Ví dụ: nghi thức cầu nguyện trong văn hóa châu Á

Thank you!