

ANALISI PREDITTIVA TEORICO-PRATICA NELLA TERAPIA OCCUPAZIONALE

INTRODUZIONE

CAPPROCCIO
TEORICO-PRATICO
NELLA TERAPIA
OCCUPAZIONALE

La terapia occupazionale è l'arte e la scienza di aiutare i pazienti a svolgere quelle attività quotidiane che sono importanti e significative per la loro salute e per il loro benessere facendoli impegnare in occupazioni valide. Il termine "occupazione" nella terapia occupazionale viene utilizzato nel senso tradizionale della parola, si riferisce cioè al modo in cui le persone usano o "occupano" il loro tempo. La terapia occupazionale, pertanto, fa riferimento a tutte quelle attività che occupano il tempo delle persone e danno significato alla loro vita. Il termine occupazione comprende le attività quotidiane che permettono alle persone di guadagnarsi da vivere, contribuire alla vita della propria famiglia e prendere parte alla vita della società che le circonda. L'impegno in un'occupazione è importante in quanto può contribuire alla salute e al benessere dell'individuo. I terapisti occupazionali offrono sia sostegno individuale che servizi di consultazione che promuovono la partecipazione alla vita della comunità, la prevenzione e il benessere di gruppi sociali in vari contesti.

La pratica contemporanea della terapia occupazionale si basa sulle radici storiche della professione, filtrate attraverso la ricerca e la pratica attuali riguardanti terapia occupazionale, servizi sanitari e sociali, per esempio, nel famoso discorso alla Società Nazionale per la Promozione della Terapia Occupazionale sosteneva che "Il nostro ruolo è quello di offrire opportunità non ricette. Ci devono essere opportunità per lavorare, agire, progettare e creare, e usare del materiale, la salute si misura in base alla capacità individuale di adattamento e l'impegno in attività quotidiane.

La vera terapia occupazionale si concentra sull'aspetto umano dei pazienti e sulla capacità di questi ultimi di scegliere e di avviare attività che permettono di scoprire il significato delle cose. La vera terapia occupazionale richiede che un professionista "definisca la professione in ogni atto professionale" e così facendo si impegni in un rapporto reciproco caratterizzato da attenzione reciproca.

Questi temi si traducono in tre principi che guidano la terapia occupazionale contemporanea: **trattamento incentrato sul paziente, trattamento focalizzato sull'occupazione e trattamento basato sulle prove scientifiche.**

Trattamento incentrato sul paziente

Al centro della terapia occupazionale vi è l'impegno a concentrarsi sul paziente come agente attivo che cerca di svolgere importanti attività quotidiane. I terapisti occupazionali spesso lavorano con persone con deficit. I pazienti richiedono attenzione e cure professionali per "avere il controllo della propria vita". Per concentrarsi sul paziente, i terapisti devono essere disposti a entrare nel mondo del paziente per instaurare una relazione che incoraggi l'altro a valorizzare la propria vita secondo le proprie esigenze. I terapisti si impegnano a capire il paziente in quanto persona inserita in un contesto preciso formato da parenti ed amici, status sociale, cultura, ecc. In un modello incentrato sul paziente, terapeuta e paziente si impegnano vicendevolmente nel processo terapeutico.

Secondo Mattingly si tratta di un processo narrativo nel senso che il terapeuta e il paziente giungono alla comprensione della storia passata, presente e futura del paziente. La storia futura viene costruita insieme e costantemente modificata nel corso della terapia. I terapisti si impegnano a capire sentimenti e intenzioni insieme al significato più profondo della vita del paziente attraverso quello che Clark definisce il raccontarsi occupazionale. La narrazione occupazionale invece avviene nel corso della terapia. È attraverso questo processo fantasioso che i pazienti creano e quindi assumono identità occupazionali. (Clark, 1993).

Trattamento incentrato sull'occupazione

La terapia occupazionale attuale sottolinea l'importanza dell'impegno occupazionale. I pazienti seguono questo tipo di terapia perché hanno bisogno di essere impegnati in occupazioni valide. L'enfasi posta sull'impegno occupazionale scaturisce dalla convinzione, convalidata dalla ricerca, che le occupazioni sono vitali per l'identità di un individuo e che è proprio attraverso le occupazioni che si può ricostruire la propria vita. Le occupazioni non sono attività isolate ma sono interrelate in una rete di attività quotidiane che aiutano i pazienti a soddisfare i propri bisogni e a contribuire al benessere della propria famiglia, degli amici e della comunità. La pratica occupazionale si concentra su occupazioni significative selezionate dai pazienti che vengono svolte nel loro contesto abituale. Una valutazione sistematica delle occupazioni e delle priorità dei pazienti è fondamentale per la pratica occupazionale.

Queste informazioni - unite ad una attenta analisi delle capacità individuali, delle esigenze specifiche e del contesto - forniscono la base per un intervento efficace. Gli obiettivi dell'intervento sono direttamente collegati alle preoccupazioni occupazionali del paziente e i metodi di intervento si ispirano agli interessi occupazionali di quest'ultimo.

In questo modo sia i mezzi (metodi) che il fine (obiettivi) della terapia si basano su interventi motivati dalle occupazioni del paziente.

Trattamento basato sulle prove scientifiche

Una delle tendenze principali in ambito sanitario è la richiesta crescente di basare l'intervento su "un uso scrupoloso, esplicito e prudente delle migliori prove scientifiche attuali". Questo procedimento chiamato trattamento basato sulle prove consiste nell'integrare le prove scientifiche nel processo di ragionamento clinico per spiegare la logica che sta dietro all'intento e predire possibili risultati. Il trattamento basato sulle prove scientifiche consiste nell'essere in grado di spiegare la terapia occupazionale ai pazienti in un linguaggio ad essi accessibile.

Inoltre l'intervento basato sulle tendenze del settore non soddisfa più il requisito etico secondo il quale si deve "pienamente informare il paziente della natura, dei rischi e dei possibili risultati di qualunque intervento.

- La sfida per i terapisti occupazionali è triplice. Prima di tutto, per praticare la terapia occupazionale basata sulle prove scientifiche, i terapisti devono sapere come avere accesso, valutare e interpretare la ricerca pertinente alla loro attività. In secondo luogo i terapisti devono essere in grado di raccogliere dati a sostegno del loro intervento. In terzo luogo, una volta che i terapisti hanno individuato gli interventi possibili e i relativi risultati, devono comunicare tali risultati ai pazienti e a chi si prende cura di loro, in modo che i pazienti possano decidere se partecipare o meno all'intervento di terapia occupazionale. Non solo i terapisti devono esaminare le pratiche di intervento per valutare se sono efficaci ma devono inoltre essere pronti ad eventuali cambiamenti nelle modalità di intervento se le prove indicano approcci più efficaci di quelli comunemente utilizzati.

I terapisti occupazionali

- I pazienti sono naturalmente un elemento fondamentale della terapia occupazionale ma i terapisti rappresentano un elemento altrettanto importante. I terapisti utilizzano le loro capacità di ragionamento clinico per mettere in pratica la loro conoscenza e le loro competenze. Così come i pazienti, anche i terapisti hanno una storia occupazionale. Sono inoltre inseriti in un contesto personale, sociale e culturale che condiziona il loro modo di pensare e il loro operato, comprese le teorie e le tecniche di intervento preferite la realtà pratica del contesto in cui operano e i membri del team con cui collaborano. Come i pazienti, i terapisti hanno dei punti deboli e dei punti forti che influenzano la loro interazione con gli altri e il modo in cui impostano i problemi dei propri pazienti e utilizzano il contesto di intervento a vantaggio di questi ultimi.

Diventare un terapeuta occupazionale significa acquisire la conoscenza, le capacità e i valori del settore. Una parte importante di questo processo riguarda la capacità di capire e di utilizzare la conoscenza teorica. La conoscenza teorica o le idee, unite all'esperienza personale e professionale del terapeuta, formano la base dell'impegno professionale.

- L'insieme di tutti questi fattori porta allo sviluppo di paradigmi professionali individuali, o modelli mentali, che i terapisti utilizzano per guidare le proprie azioni; I paradigmi professionali individuali richiedono un'integrazione dei seguenti elementi:

- Le convinzioni, i valori e l'impegno del terapeuta
- La conoscenza della terapia occupazionale e la competenza riguardante teorie, valutazioni e strategie di intervento
- I valori professionali del terapeuta come impegno nei confronti della professione e dei pazienti che richiedono la sua assistenza

Che cosa è la teoria e la pratica

- In senso lato, la teoria consiste in una serie di idee o concetti che gli individui utilizzano per guidare le proprie azioni. Una teoria riflette un'immagine o una spiegazione del perché e del come ha luogo un fenomeno. Quando è completamente sviluppata, la teoria definisce concetti e individua relazioni fra di essi offrendo gli strumenti per capire, spiegare o predire dei fenomeni. Le teorie vanno da quelle personali, che sono frutto di interpretazioni individuali, a quelle formali, che vengono formulate e sostenute pubblicamente dalla comunità scientifica. Per esempio, una giovane terapeuta sospettava un caso di violenza o di abusi ogni qualvolta una donna che veniva in clinica presentava lesioni al tendine e ai nervi causate da lacerazioni al palmo delle mani. La terapeuta, mentre lavorava come assistente, aveva notato che queste donne spiegavano che usavano le mani per proteggere il viso quando venivano attaccate con un coltello e per questo motivo riportavano ferite da coltello alle mani. Questo è un esempio di teoria personale dato che la terapeuta non aveva mai parlato delle sue osservazioni né aveva fatto ricerche o pubblicato le proprie impressioni. In ogni modo la sua teoria personale l'ha guidata nel formulare delle ipotesi. Un terapeuta può decidere di utilizzare informazioni relative alle teorie di comportamento occasionale e cognitive per capire il motivo per cui un paziente in una casa di cura non voglia di vestirsi o di prendere le medicine. In questo caso la terapeuta utilizza una o più teorie formali per confermare il suo ragionamento clinico. I terapisti hanno accesso ad un numero crescente di teorie formali che possono utilizzare come guida nella pratica. Ciò che conta è la capacità di individuare gli scopi e gli obiettivi delle principali teorie utilizzate nel settore, gli aspetti centrali di queste teorie e il modo in cui vengono convalidate dalla ricerca e si rivelano utili nella pratica.

Le teorie forniscono un struttura concettuale e mostrano relazioni tra variabili

- Le teorie hanno funzioni multiple in professioni come la terapia occupazionale. Le teorie forniscono una struttura concettuale per l'interpretazione di osservazioni e vengono usate per spiegare la pratica mostrando la relazione tra

variabili ed eventi. Per esempio, una teoria sull'apprendimento motorio può spiegare il rapporto tra meccanismi feedback e meccanismi feedforward nell'apprendimento, nella prestazione e nel mantenimento di abilità sensomotorie come abbottonare una camicia. Le teorie aiutano a riassumere la conoscenza esistente e indicano possibili direzioni per la nuova ricerca.

Una teoria è particolarmente utile quando aiuta il terapeuta a predire cosa succederà nel corso di un determinato trattamento. Una teoria sulla motivazione e la remissività può aiutare un terapeuta a predire quali pazienti si impegneranno con più probabilità in determinate attività di intervento e quali pazienti invece si rifiuteranno di farlo.

Uno degli obiettivi principali della ricerca è quello di confermare le previsioni legate a una determinata teoria. Le idee e le intuizioni cliniche che vengono sistematicamente esaminate dalla ricerca possono portare a una teoria (induzione), oppure la ricerca può essere utilizzata per collaudare una teoria esistente (deduzione). Questo processo circolare che integra la ricerca con la teoria aiuta a fornire un ambiente clinico dinamico in cui la teoria migliora la pratica e la pratica fa avanzare la teoria. Esistono svariate possibilità per i ricercatori che si occupano di terapia occupazionale di fare avanzare la teoria esistente e di migliorare la pratica. Per esempio, la ricerca su teorie psicosociali sulla depressione hanno mostrato che la depressione può essere prevenuta quando viene data ai pazienti l'opportunità di ottenere soddisfazioni personali attraverso occupazioni quotidiane e quando i pazienti credono che abbiano possibilità di scelta e controllo sulla propria vita. Queste sono attività inerenti a svariati programmi di intervento di terapia occupazionale.

Conclusione

La terapia occupazionale è un processo complesso che si basa sull'interazione collaborativa tra terapeuta e paziente all'interno di un contesto di intervento. L'intervento della terapia occupazionale deve basarsi sulla ricerca e deve concentrarsi sul paziente in quanto essere occupazionale. La terapia si sviluppa mano a mano che il terapeuta e il paziente lavorano insieme per analizzare attentamente le occupazioni del paziente e i limiti di attuazione. Vi è una parte improvvisata dell'intervento che richiede che il terapeuta e il paziente coordinino le loro azioni per raggiungere gli obiettivi del paziente.

Il trattamento migliore si basa su 1) la comprensione e il rispetto dei pazienti, 2) la collaborazione con i pazienti per raggiungere gli obiettivi occupazionali, 3) l'utilizzazione di interventi sostenuti dalla ricerca.

Il terapeuta occupazionale all'inizio della propria carriera deve innanzitutto essere consapevole di come le convinzioni personali e il proprio contesto professionale influenzano il proprio operato. **Secondo**, deve impegnarsi ad ascoltare i propri pazienti in modo da facilitarne l'autonomia e il loro impegno nelle occupazioni desiderate. **Terzo**, deve utilizzare gli strumenti e gli interventi più efficaci per sostenere i progressi dei propri pazienti. **Quarto**, deve sostenere i propri pazienti in modo che possano ottenere i servizi di cui hanno bisogno e imparino quindi a difendersi da soli. Infine deve valutare sistematicamente la propria pratica in modo da assicurarsi che i propri interventi aiutino pazienti ad impegnarsi in quelle occupazioni per loro più valide. Il compito del terapeuta è quello di aiutare le persone a scoprire la propria umanità attraverso l'impegno occupazionale.