

Schriftliche Ausarbeitung zu handwerklichen Techniken in der Ergotherapie

1. Aufgabenstellung

Stellen Sie ein funktionelles Spiel 200x200 mm her, mit aufgesetztem Rahmen 10x10 mm mit Gehrungsschnitt.

Es sollte mindestens 3 verschiedene Puzzleteile /Formen enthalten, welche verschiedene Griffe aufweisen die mittig mit Dübeln aufgesetzt werden.

2. Werkbericht

2.2 Materialbedarf

- * Bodenplatte: 200 x 200 mm
Stärke: 10 mm
- * Einlegeplatte: 18 x 18 mm
Stärke: 8 mm
- * Rahmen: 200 x 200 mm
Stärke: 10 x 10 mm
- * Dübel: Ø 6 mm
- * Griffe variabel (Kugel, Viereck, Platte,..)

2.3 Werkzeuge, Geräte, Maschinen, Hilfsmittel

- Laubsäge
- Sägeblätter
- Bleistift
- Geodreieck
- Schleifpapier
- Leim
- Schraubzwinge
- Schablone
- Handbohrer

2.4 Allgemeine Arbeitsplatzgestaltung

- ausreichend Platz
- stabiler Tisch
- gute Belüftung
- Helligkeit
- trocken
- Ordnung des Raumes

2.5 Arbeitsschutzmaßnahmen

- kein Schmuck
- Haare zusammenbinden
- eng anliegende Kleidung
- wenn möglich kurzärmelige Kleidung
- Schutzbrille
- Genügend Abstand zum Nachbar halten, sonst Verletzungsgefahr
- Immer vom Körper weg arbeiten
- Verbandsmaterial griffbereit halten

2.6 Arbeitsablauf

Arbeitsschritt	Arbeitsplatz	Werkzeuge mit Art der Verwendung	Handlungskriterien mit Begründung	Zeit in Minuten
1. Skizze herstellen	Werkraum	Lineal zum Abmessen und geradem Anzeichnen auf das Holz.	<ul style="list-style-type: none">• Maße einhalten• Gerade Linien zeichnen	10
2. Arbeitsplatz einrichten	Werkraum		<ul style="list-style-type: none">• stabilen Tisch wählen• ausreichend Platz• belüftbarer Raum• Material, Werkzeuge zurechtlegen um nicht ständig seinen Arbeitsplatz verlassen zu müssen	10
3. Bodenplatte anfertigen	Werkraum	Bleistift zum Anzeichnen und Lineal und einen Winkel zum Anlegen. Fuchsschwanzsäge zum Sägen.	<ul style="list-style-type: none">• akkurates Anzeichnen• an Maße halten• aussägen• schmirgeln	25
4. Rahmen anfertigen	Werkraum	Bleistift zum Anzeichnen und Lineal und einen Winkel zum Anlegen. Gehrungssägesäge zum Sägen.	<ul style="list-style-type: none">• akkurates Anzeichnen• an Maße halten• aussägen mit Gehrungssäge• schmirgeln	30
5. Rahmen aufkleben	Werkraum	Holzkleber	<ul style="list-style-type: none">• bündig an Bodenplatte anleimen	10

6. Einlegeplatte anfertigen	Werkraum	Bleistift zum Anzeichnen und Lineal und einen Winkel zum Anlegen. Fuchsschwanzsäge zum Sägen.	<ul style="list-style-type: none"> • akkurates Anzeichnen • an Maße halten • aussägen • schmirgeln 	10
7. Motive auf Einlegeplatte zeichnen und aussägen	Werkraum	Bleistift, Bohrer (3 mm), Laubsäge, Sägeblätter, Lineal und Schmirgelpapier	<ul style="list-style-type: none"> • Motive sollten in der angegebenen Größe sein • Loch durch Motiv an der Seite bohren damit die Laubsäge durch das Loch durchgeführt werden kann • Sägen • Schmirgeln 	25
8. Griffe anfertigen, Dübel zuschneiden	Werkraum	Laubsäge, Bleistift, Lineal, Schmirgelpapier, Leim		5

3. Analyse

3.1 des Materials

Holz:

- fest, trocken, braun, Faserrichtung regelmäßig in eine Richtung, stabil
- taktil: Zimmertemperatur, hart, fest
- visuell: hell, Maserung
- olfaktorisch: riecht nach Holz
- gustatorisch: /
- auditiv: hohl, klingt beim Schleifen kratzig, je nach Beschaffenheit hell oder dunkeln beim Klopfen
- Assoziationen: Wald, Baumarkt, Natur

Leim:

- klebrig, feucht und nach dem trocknen trocken, weiß und nach dem trocknen durchsichtig
- taktil: kühl, klebrig, fest nach dem trocknen
- visuell: weiß, nach dem trocknen durchsichtig, wenn es zwischen den Fingern ist zieht es Fäden
- olfaktorisch: nach Lösungsmitteln
- gustatorisch: /
- auditiv: Schmatzen beim herausdrücken aus der Flasche
- Assoziation: Kindergarten, Laternenbasteln

3.2 der Technik

3.2.1 in Hinblick auf Anspruch, Gesetzmäßigkeiten, allgemeine Wirkung

- Schwierigkeitsgrad: hoch, da es vorgegebene Maße gab und man sich an diese halten muss. Das Holz ist sehr schwer zu bearbeiten, da es so fest ist, je dicker das Holz desto schwieriger ist es zu sägen.
- Arbeitsunterbrechungen: sind immer möglich und auch nötig. Das Sägen ist sehr anstrengend und deswegen sind Unterbrechungen teilweise nötig. Man kann jedoch seine Materialien liegen lassen und auch nach Wochen weiter damit arbeiten. Lediglich beim Leimen sollten keine Pausen eingelegt werden.
- Kraftaufwand: ist meiner Meinung nach sehr hoch vor allem beim Boden. Auch das man kontinuierlich einen hohen Kraftaufwand hat, ist anstrengend.
- Fehlerquote: sehr hoch
- Korrigierbarkeit: passiert ein Fehler während der Arbeit, können kleine Fehler wieder durch schmirgeln ausgeglichen werden. Passieren jedoch größere Fehler, können diese nicht ausgeglichen werden.

3.2.2 in Hinblick auf ihre wesentlichen Anforderungen in den Bereichen

Motorisch-funktionell / Sensomotorisch-perzeptiv:

- Feinmotorik: hoch, aufgrund des Anzeichnens und des Schmirgelns
- Grobmotorik: hoch, aufgrund des Sägens
- Kraftaufwand: während dem Aufzeichnen eher gering. Beim Sägen eher hoch.
- Kraftdosierung: während dem Aufzeichnen eher gering. Beim Sägen eher hoch.
- Körperhaltung: hohe Anforderung, da man gerade sitzen muss. Aber auch angespannt.
- Mobilität: hoch, falls etwas beim Material fehlt und auch zum Sägen sehr hoch.
- Hand-Hand-Koordination: hoch, weil ich genau wissen muss wo sich beide Hände befinden
- Hand-Auge-Koordination: hoch, da ich wissen muss wo meine Hände sind
- Oberflächensensibilität: hoch, weil man fühlen muss ob Ecken und Kanten spitz sind oder ob es noch Splitter sind.
- Tiefensensibilität: Hoch, da ich wissen muss wo ich mich im Raum befinde und wie meine Gelenke zu einander stehen.

Sozio-emotional / Psycho-emotional:

- Motivation: Hoch, da man sonst nicht Wert darauf legt, dass es ordentlich wird
- Gedächtnis: Hoch, da man sich Maße merken muss und wissen muss wie man sägt
- Planungsvermögen: Hoch
- Merkfähigkeit: Hoch
- Problemlösen: Hoch
- Aufmerksamkeit: Hoch, da man sich sonst die Finger absägt
- Reflektionsvermögen: Hoch
- Kommunikation: Niedrig
- räumliches Denken: Hoch, da ich mir vorstellen muss wie ich arbeite und wie es sein soll
- Kreativität: niedrig, da wir Vorgaben hatten
- Abstraktionsvermögen:

Kognitiv:

- Konzentration: Hoch
- Interaktion: Niedrig
- Frustrationstoleranz: Niedrig
- Durchsetzungsvermögen: Hoch
- Verantwortung: Niedrig

Grundarbeitsfähigkeit:

- Arbeitsplatzorganisation: Hoch und wichtig.
- Genauigkeit:

Anforderungen/Therapieziele: Allgemein Physische Anforderungen

Beim Werken mit Holz und allgemein sollte auf die aufrechte Körperhaltung, wobei die Stellung der Beine auch mal in Schrittstellung und Parallelstand sind, geachtet werden. Beim Aufheben des Holzes kommt es zu einer Ventralflexion der Wirbelsäule, der Oberkörper wechselt in verschiedene Positionen. Die Arme nehmen eine Anteversion ein, die Ellenbogen sind in Flexion, das Handgelenk in Dorsal- und Palmarflexion, im Unterarm kommt es zu Supination und Pronation, die Finger sind abwechselnd im Faustschluss und Greifhaltung.

Da die Tätigkeit auch im Sitzen durchgeführt wird, ist auf eine gute Sitzposition zu achten. Dabei sind Fußgelenk, Kniegelenk und Hüftgelenk in einem Winkel von 90°. Die Füße sollten parallel stehen und im Fersenstand fest am Boden, damit die oberen Extremitäten frei arbeiten können.

Es wird Laufmobilität für die Organisation und die verschiedenen Arbeitsplätze und für das Aufräumen benötigt. Die Mobilität des Rumpfes ist nötig, um sein Gewicht der Aufgabe entsprechend verlagern zu können.

Ziele:

Verbesserung und Erhaltung:

- Der Feinmotorik
- Hand-Hand- und Hand-Auge - Koordination
- Der Fingerkoordination
- Der Bewegungsplanung
- Der angemessenen Kraftdosierung
- Des angemessenen Tonusaufbau im Rumpf
- Der Gelenkbeweglichkeit
- Training der Mittellinienkreuzung und Koordination beider Körperhälften

Perceptive Anforderung:

Taktile Wahrnehmung: Bei der Arbeit werden Reize in unterschiedlicher Intensität vor allem an den Händen wahrgenommen. Das feste Holz und der klebrige Leim regen die taktile Wahrnehmung an, sowie der Bohrer, wenn dieser vibriert.

Visuelle Wahrnehmung: Für die visuelle Wahrnehmung ist die visuelle Kontrolle zur korrekten Ausführung und Koordination für den Gebrauch von Werkzeugen nötig. Die Wahrnehmung der Raumlage ist nötig für das 3-dimensionale Sehen, da sich die Ansicht des Holzes durch

Veränderung von Sitz und Stand ändert.

Tiefensensible/Kinästhetische Wahrnehmung:

Muskeln, Bänder und Gelenke der gesamten oberen Extremität werden deutlich wahrnehmbar beansprucht. Besonders bei kraftaufwändigen Tätigkeiten, wie z.B. dem Sägen der Bodenplatte. Bei der Haltearbeit sind besonders die Muskeln, Sehnen und Bänder der Finger zu spüren, weil sie das Brett halten müssen. Bei kraftaufwendigen Tätigkeiten wird ein hoher Tonus des Rumpfs benötigt.

Ziele:

- Verbesserung der sensiblen Wahrnehmung der Haut vor allem Bereich der Hände
- Verbesserung der Körperwahrnehmung besonders im Bereich der oberen Extremität
- Verbesserung der räumlichen Wahrnehmung

3.3 Produkt

Sinn und Zweck des Produktes ist ein Puzzle. Der persönliche Bezug ist die eigene Herstellung und Planung des Produktes. Der gesellschaftliche und kulturelle Aspekt ist gering, da man solche Puzzle auch im Geschäft kaufen kann und da Puzzle heutzutage nicht selber gemacht werden.

4. Therapeutische Relevanz in Bezug auf Krankheitsbilder

Alkoholismus und Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom

4.1 krankheitstypische Symptome

- Depression: eine psychische Störung mit Zuständen psychischer Niedergeschlagenheit als Leitsymptom
- Schultergelenkversteifung: post, Versteifung, Schonhaltung

4.2 Grobziele und Feinziele

Depressionen

- Grobziel: Möglichkeiten finden, um soziale Kontakte aufzubauen und Steigerung des Selbstwertgefühls
- Feinziel: Interesse für Holz finden und abreagieren, Konzentration fördern und Gedanken ordnen

Schultergelenkversteifung

- Grobziel: Mobilität fördern
- Feinziel: Muskelaufbau und Mobilität der Gelenke fördern

4.3 Kriterien für Therapie mit diesen Krankheiten

Depression

- in Einzeltherapie anfangen und dann in Gruppentherapie über gehen

- In akuten Schüben nicht zum Arbeiten zwingen
- konkrete Vorgaben

Schultergelenkversteifung

- kleine Teilschritte beim Anleiten benutzen
- regelmäßige Reflektionen
- evtl. Armstütze benutzen
- auf richtige Haltung achten
- auf richtige Arbeitshöhe achten und keine Überlastung

4.4 Adaptionen / Hilfsmittel / Techniken

- Motivation durch Aussicht auf Erfolg
- kleinste Teilschritte zur Vermeidung von Überforderung
- Gestaltung der Puzzleteile bleibt Patienten überlassen
- Armstütze bereitstellen

4.5 Kontraindikationen

- Suizidgefährdete Patienten -> Verletzungsgefahr an Säge
- Verletzungsgefahr bei Schultergelenkversteifung
- Depression -> Unveränderbarkeit des Holzes

5. Reflektion

Es hat mir sehr viel Spaß gemacht, war aber auch sehr anstrengend. Es entstanden neue Erfahrungen, wie das Verarbeiten des Holzes und die Folgen der Arbeit auf mich. Das Holz für die untere Platte wurde an manchen Stellen etwas kleiner als ich es ausgesägt hatte, deswegen habe ich die Seiten der Einlegeplatte versucht anzupassen und die der Seitenhölzer. Außerdem ist leider meine Platte, nachdem ich sie eingelegt hatte, etwas in der Mitte hoch gegangen, sodass meine Figuren nicht mehr parallel in der Form liegen konnten.

Ich habe gelernt, wie ich am besten abschmirgeln und das ich vermehrt auf die richtigen Masse achten muss.

Autor:

Fee Mittmann