

Innhold

Forord	5
Forord til andre utgave	6
Innledning	13
Bokens intensjon, målgrupper og layout	13
Bokens oppbygging	14
<i>Kapittel 1</i>	
Grunnleggende forståelse	17
ADL	17
ADL-begrepet	17
Historikk	18
ADL i norsk og internasjonal sammenheng	19
PADL	20
IADL	21
Avgrensning av ADL-begrepet	24
ADL som arbeidsområde	26
Hvem har behov for ADL- intervensjon?	28
Ervervet, medfødt eller midlertidig funksjonsnedsettelse	29
Formålet med ADL-trening	29
Nyere og eldre perspektiver på ADL-trening	32
Aktivitet	33
Aktivitetsbegrepet	33
Aktivitetsperspektiv	34
Funksjonshemming	36
Ulike forståelser av funksjonshemming	36
Behov for to ulike strategier	39
ICF	40
Rehabilitering	43
Kunnskapsbasert praksis	44
Hverdagsliv	46
Hverdagsaktiviteter	46

Sentrale trekk ved hverdagslivet	46
Hverdagsaktivitetenes betydning	48
Tidsbruk i hverdagen	48
Noen hovedpoeng	50
Litteraturtips	51
Internettadresser	51

Kapittel 2

ADL i en myndiggjøringstid	52
Endringer i omsorgsideologier	52
Treningsparadigmet	53
Normaliseringsparadigmet	53
Myndiggjøringsparadigmet	55
En ny fagutøverrolle	56
Selvbestemmelsens fallgruver	57
Ulike former for selvbestemmelse	57
ADL-trening i bofellesskap	59
ADL-trening i en myndiggjøringstid	60
Egne synspunkter	61
ADL i en myndiggjøringstid	66
Noen hovedpoeng	67
Litteraturtips	68

Kapittel 3

Teori om kumulativ sammenheng mellom ADL-ferdigheter	69
Katz ADL-index	69
Kumulativ oppbygging	70
Barnets utvikling av ADL-ferdigheter	72
ADL-trappen	75
Empirisk testing av ADL-trappen	76
Teoriens anvendelse i praksis	78
Noen hovedpoeng	79
Litteraturtips	80

Kapittel 4

ADL-vurdering	82
Generelt om kartlegging	82
Formål	82
Helhetlig kartlegging	83

Planlegging av mål og tiltak	84
Vurdere grad av selvhjulpenhet	86
IPLOS	88
Ulike former for vurdering	89
Strukturert vurdering	89
Ustrukturert vurdering	90
Intervju	91
Observasjon	92
ADL-instrumenter	96
Kvalitetskrav til ADL-instrumenter	97
Velg riktig instrument	100
Begrunnelse for valg av ADL-instrumenter	101
Presentasjon av ADL-instrumenter	103
Barthel ADL-index.....	103
Katz ADL-index.....	105
FIM.....	106
ADL-taxonomi	108
Sunnaas ADL-index	110
Pediatric Evaluation of Disability Inventory (PEDI)	112
Noen hovedpoeng	114
Litteraturtips	115
Internettadresse	115

Kapittel 5

En oppgaveorientert tilnærming til ADL-trening	116
To ulike retninger	116
Ferdigheter	117
Oppgaveanalyse	117
Kategorisering av ferdigheter	118
Ferdighetens vanskelighetsgrad	119
Læring av aktiviteter	121
Overføring versus generalisering	121
Læringsstadier	123
Faktorer som fremmer læring	125
Aktiv deltagelse	126
Riktig instruksjon	127
Egnet tilbakemelding	128
Tilfeldig trening fremfor mønstertrening	129
Trening av helhet eller trening av deler	131

Top-down tilnærming	134
Fleksibel fremfor rigid trening	135
Fordelt trening fremfor mengdetrening	136
Hovedprinsipper	137
Noen hovedpoeng	138
Litteraturtips	139

Kapittel 6

Goal Attainment Scaling - en fremgangsmåte for målrettet ADL-trening	140
Generelt om Goal Attainment Scaling	140
Arbeidsprosessen	141
Formulering av mål	142
Utarbeidelse av målskala	143
Evaluering av mål	145
Fordeler og ulemper ved GAS	145
Noen hovedpoeng	146
Litteraturtips	147
Internettadresse	147

Kapittel 7

Aktivetsanalyse og tilrettelegging	148
Aktivetsanalyse	148
Sekvensanalyse	151
Krvanalyse	153
Tilrettelegging	155
Ulike aspekt ved tilrettelegging	156
Endring av arbeidsteknikk	158
Tilpassing av aktivitetens gjenstander	160
Anskaffelse av tekniske hjelpemidler	160
Endring av det fysiske miljøet	168
Tilretteleggingsprosessen	171
Noen hovedpoeng	173
Litteraturtips	173
Internettadresser	174

Kapittel 8

ADL-trening og tilrettelegging	175
ADL-trening	175

Hva er ADL-trening?	175
Intervensjonsmetode i ADL-trening	176
ADL-trening og tilrettelegging overfor ulike avvik	177
ADL-trening/-tilrettelegging for enhåndsbrukere	181
Litteraturtips	189
ADL-trening/-tilrettelegging for personer med begrenset bevegelighet og rekkevidde	190
Litteraturtips	196
Internettadresser	196
ADL-trening/-tilrettelegging for personer med liten utholdenhet	196
Litteraturtips	199
Internettadresser	199
ADL-trening/-tilrettelegging for personer med muskelsvakhet og lammelser	200
Litteraturtips	208
Internettadresser	208
ADL-trening/-tilrettelegging for personer med dårlig koordinasjon og finmotorikk	208
Litteraturtips	211
Internettadresse	211
ADL-trening/-tilrettelegging for blinde og svaksynte personer	211
Litteraturtips	216
Internettadresse	216
ADL-trening/-tilrettelegging for personer med dårlig hukommelse	217
Litteraturtips	221
Internettadresser	221
ADL-trening/-tilrettelegging for personer med kognitive begrensninger	221
Litteraturtips	228
Internettadresser	228
ADL-trening/-tilrettelegging for utførelse av IADL-aktiviteter	228
Noen hovedpoeng	239
Generelle litteraturtips	240
Generelle internettadresser	241
 <i>Kapittel 9</i>	
Et hverdagsliv med ADL-begrensninger	242
Å leve med ADL-begrensninger	242
Ulike hindringer i hverdagen	242

Et hverdagsliv med ADL-begrensninger	244
Å forholde seg til hjelpeapparatet	245
Kampen for å passere som normal	246
Tilpasning	247
Hverdagslivets prioriteringer	248
Mestring	249
ADL-trening i bofellesskap for mennesker med utviklingshemning	250
Hvorfor ADL-trening?	250
ADL-trening eller ei?	252
Egne synspunkter	256
Noen hovedpoeng	257
Litteraturtips	258

Kapittel 10

Eldre og ADL	259
Hjemmeboende eldre personer	259
Helsefremmende/sykdomsforebyggende arbeid og rehabilitering	260
Eldre og fysisk aktivitet	260
Aldersrelaterte endringer og deres påvirkning på ADL-funksjon	262
Hjemmeboende Eldres ADL-funksjon	264
ADL-trening før hjemmehjelp/hjemmesykepleie	268
Sykehjemsboere	269
Aktiv eller passiv omsorg	269
Inaktivitet	270
Konsekvenser ved inaktivitet og immobilitet	270
Deltagelse i ADL-aktiviteter	273
Tilrettelegging i stedet	275
Hjelpkultur versus aktivitetsorientert kultur	275
Å oppmuntre til aktivitet og deltagelse	277
Institusjonens fysiske utforming	279
Noen hovedpoeng	280
Litteraturtips	281

Litteraturreferanser	283
-----------------------------------	-----

Stikkord	297
-----------------------	-----