

Ček lista interesov UK (ocenjevalni instrument so oblikovali delovni terapevti v Veliki Britaniji)

Navodila:

Ček lista interesov UK je pripomoček za pridobivanje informacij o posameznikovih preteklih in sedanjih interesih ter stopnji zanimanja za posamezne interese. Gre za pisno obliko in zahteva približno 15 do 30 minut časa za izpolnjevanje. Primeren je za mladostnike, odrasle in starejše. Interesi so razporejeni v 9 kategorij, vsaka od njih vsebuje seznam aktivnosti in možnost napisati še dodatno aktivnost, ki jo ni na seznamu.

Izpolnjevanje Ček liste

Ček listo lahko izpolni klient ob prisotnosti delovnega terapevta ali pa popolnoma samostojno. Če klient ni sposoben izpolniti ček listo, lahko delovni terapevt dobi informacije od oseb, ki klienta zelo dobro poznajo (npr. sorodniki, skrbniki,...).

Potrebno je razložiti namen ček liste interesov in postopek reševanja:

- Klienta prosimo, da v vsakem stolpcu označi ustrezno polje
 - Stopnja zanimanja (močno, srednje ali brez zanimanja) za vsako aktivnost (izbrati mora le eno od možnih odgovorov)
 - Vzorec vključevanja – ali je aktivnost opravljal v preteklosti, sedaj ali pa si jo želi v prihodnosti (označi lahko več odgovorov)
- Ko klient izpolni celotni seznam, ga prosimo, da vpiše vse aktivnosti, za katere ima močno zanimanje v tabelo Povzetek (če nima za nobeno aktivnost močno zanimanje, prepíše tiste, kjer je prisotna srednja stopnja zanimanja)
- Klienta spodbudimo, da napiše seznam prioriternih aktivnosti; pri prioriteti naj upošteva stopnjo zanimanja, podatke o trenutnem izvajanju ali izvajanju v prihodnosti, možnosti oz. pripravljenost ohranjanja posamezne aktivnosti
- Klienta prosimo, da izbere eno izmed aktivnosti na tem seznamu in skupaj s terapevtom določi plan za vključevanje.

Ime:..... Rojstni datum:.....

ČEK LISTA INTERESOV (UK)

Kategorije	Aktivnost	Stopnja zanimanja			Vključenost		
		Močno	Srednje	Me ne zanima	Preteklost	Sedanost	Prihodnost
1 Zdravje & Fitness	Aerobika / telovadba						
	Kolesarjenje						
	Tek						
	Rolanje / Drsanje						
	Plavanje						
	Yoga / Tai Chi.....						
Druge aktivnosti iz te kategorije:							
2 Šport	Atletika						
	Košarka / Tenis						
	Bowling						
	Kriket / Baseball						
	Nogomet / Rugby / Hokej						
	Golf						
	Boksanje / Sabljanje						
	Biljard						
	Spectator Sports						
	Namizni tenis						
	Tenis / Squash / Badminton						
Drugi športi:							
3. Kreativne aktivnosti	Amatersko gledališče						
	Šivanje / pletenje / kvačkanje						
	Moda: vključ. Oblačila / Lasje / Kozmetika						
	Proizvajanje glasbe vključ. instrument, DJ....						
	Modelarstvo						
	Slikanje / Risanje						
	Fotografiranje						
	Lončarstvo						
	Petje						
	Pisanje pisem / pesmi / zgodb						
Obdelovanje lesa – vključ. Okvirji za slike, Obnavljanje pohištva							
Druge kreativne aktivnosti:							
4. Domača opravila	Popravljanje avtomobila						
	Kuhanje / Peka						
	Vrtnarjenje – vključ. Notranje rastline						
	Krpanje						
	Skrb za domače živalip						
Druga domača opravila							

			Močno	Srednje	Me ne zanima	Preteklost	Sedanost	Prihodnost
5.	PČ aktivnosti doma	Družabne igre – šah, človek ne jezi se ipd.						
		Zbirateljstvo						
		Računalništvo – igre / PC / internet						
		Poslušanje glasbe						
		Kartanje						
		Puzzli / Križanke						
		Radio						
		Branje						
		Televizija / Video						
	Druge:							
6.	Družabne aktivnosti:	Obiskovanje klubov: Družabnih / Nočnih klubov						
		Prehranjevanje v restavracijah						
		Verske aktivnosti						
		Obiskovanje prijateljev / sorodnikov						
		Obiskovanje pubov ali barov						
		Prostovoljno delo						
	Druge:							
7.	Zunanje aktivnosti	Kampiranje						
		Plezanje						
		Ekologija / Zaščita narave						
		Ribarjenje						
		Jahanje konjev						
		Hoja						
		Vodni športi vključ. veslanje / vožnja s kanuji						
	Druge:							
8.	Zabava	Loterija						
		Kino						
		Koncerti / Gledališče						
		Ples						
		Vožnja						
		Dobrodelna prodaja						
		Muzeji / Likovne galerije						
		Dnevni izleti / obiskovanje znamenitosti						
		Nakupovanje (vključ. tržnica)						
		Potovanja / počitnice						
	Druge:							
9.	Izobraževanje	Umetnost						
		Tečaji / izobraževanje za odrasle						
		Tuji jeziki						
		Zgodovina						
		Politika / Filozofija						
		Znanost						
		Predavanja						
	Drugo:							

Delovni terapevt/ka Podpis Datum

POVZETEK

Ime:..... Rojstni datum.....

Močno zanimanje	

PLAN

	KRATEK SEZNAM	PLAN VKLJUČEVANJA
1		
2		
3		

Delovni terapevt/ka..... Podpis..... Datum.....