

Ergotherapie kann Kräfte mobilisieren

Die Praxis für Ergotherapie von Martin Havekost stellt sich vor

Was bedeutet Ergotherapie:

Wir unterstützen und begleiten Menschen, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt sind oder von Einschränkung bedroht sind.

Dies betrifft vor allem die Lebensbereiche Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit. In unsere Praxis kommen Menschen mit Erkrankungen des Stütz- und Bewegungssystems, Erkrankungen des Nervensystems sowie mit Schmerzerkrankungen.

Der größte Anteil der Menschen aber, die zu uns kommen, leiden an einer psychischen Erkrankung.

Wie Bipolare Störungen, Depression und Manie, Persönlichkeitsstörungen, Angststörungen, Schizophrenie, Suchterkrankungen und Erkrankungen, die im Vorfeld zum Tragen kommen, wie Stresssymptome und Burnout.

Wir arbeiten mit den Menschen auf allen Ebenen, weil bei jeder Erkrankung die körperliche, geistige und psychische Ebene von Bedeutung ist. Und weil jeder Mensch einzigartig ist, benötigt er auch individuelle Lösungen für die jeweilige Problemstellung.

Wir arbeiten handlungs-, ressourcen- und lösungsorientiert.

Praktisch stellt sich das folgendermaßen dar:

Im Erstkontakt wird mittels eines Anamnesebogens die aktuelle Situation geklärt und ein grobes Therapieziel benannt. In der folgenden Therapieeinheit wird ein Assessment (Messinstrument) benutzt, um zu erfahren, welche Ressourcen in den Bereichen der Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit vorhanden sind und wo Unterstützung nötig ist.

Ist das Ziel im Bereich der Selbstversorgung, z. B. das Zubereiten einer Mahlzeit, so wird der ganze Ablauf vom Besorgen der Lebensmittel bis zur Zubereitung durchgeplant und danach in die praktische Handlung umgesetzt. Wer schon einmal gekocht hat, weiß, wie komplex der Vorgang ist.

Am Ende einer Therapieeinheit wird der Inhalt reflektiert und besprochen, wie das Erlernte in den Alltag umgesetzt werden kann.

Unsere weiteren Leistungen sind:

Entwicklung von Selbstvertrauen und Selbstsicherheit. Stärkung emotionaler und sozialer Fähigkeiten.

Förderung und Erhalt der Alltagsbewältigung.

Erlernen neuer Denkmuster mit Hilfe der Metakognitiven Therapie.

Förderung der Körperwahrnehmung.

Zum Wiedereinstieg in das Berufsleben bieten wir ein vorberufliches Training an sowie eine Belastungserprobung und das Training der Grundarbeitsfähigkeiten.

Zur Verbesserung der kognitiven Fähigkeiten arbeiten wir u. a. computergestützt mit den Programmen Cogpack und Reha-Com.

Alle Therapien finden im Einzeltherapeutischen Setting statt.

Es besteht aber auch die Möglichkeit, ergänzend und abgestimmt auf die Einzeltherapie, an einer Gruppentherapie teilzunehmen.

Wir stehen in gutem Austausch mit den verordnenden Ärzten.

Wir sind Mitglied im Sozialpsychiatrischen Verbund und nehmen am Arbeitskreis der Gemeindepsychiatrie und den Sektor-Arbeitsgemeinschaften teil, ebenso am Qualitätszirkel der Schmerztherapie.

Wir sind gut vernetzt mit Rehabilitationseinrichtungen, u. a. Beta 89, und unterstützen bei der Kontaktaufnahme.

Um eine ergotherapeutische Behandlung in Anspruch zu nehmen, wird eine entsprechende Heilmittelverordnung benötigt, die der Hausarzt oder Facharzt ausstellt.

In unserer Praxis besteht die Möglichkeit, vor der Aufnahme einer Behandlung ein kostenloses und unverbindliches Informationsgespräch zu bekommen, um das Problem und die Behandlungsmöglichkeiten zu besprechen.

Roswitha Falkenberg (Fachliche Leitung)