Kurzinformation Ergotherapie

Definition Ergotherapie (DVE):
Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen jeden Alters, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt oder von Einschränkung bedroht sind. Ziel ist es, sie bei der Durchführung für sie bedeutungsvoller Betätigungen in den Bereichen Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit in ihrer persönlichen Umwelt zu stärken. Hierbei dienen spezifische Aktivitäten, Umweltanpassung und Beratung dazu, dem Menschen Handlungsfähigkeit im Alltag, gesellschaftliche Teilhabe und eine Verbesserung seiner Lebensqualität zu ermöglichen.

Der Bereich Ergotherapie im Medizinischen Zentrum für Seelische Gesundheit am Krankenhaus Lübbecke und in den angegliederten Tageskliniken umfasst ein zielorientiertes Programm differenzierter, aufeinander abgestimmter Angebote. Die Behandlung erfolgt überwiegend in Gruppen, welche stationsbezogen oder stationsübergreifend durchgeführt werden. Es sollte eine regelmäßige Teilnahme erfolgen.

Die **Methode** der Ergotherapie ist der spezifische Einsatz ausgewählter Betätigungen, um Auswirkungen von Krankheit, Behinderung oder Störung zu analysieren und zu behandeln. Werkstücke, Tätigkeiten und Materialien sind dabei Mittel zum Zweck.

Der **Erfolg** der ergotherapeutischen Behandlung hängt unter anderem davon ab, wie Zuwendung, Anleitung und Hilfestellung erfolgen, beziehungsweise welche Anforderungen durch das Material, das Werkstück oder die Aufgabe gestellt werden und, ob die Patient*innen sich auf eine aktive Teilnahme einlassen können.

Ergotherapeutische Behandlungsangebote

Kurzübersicht für den vollstationären Bereich

Stationsbezogenes ergotherapeutisches Einstiegs-/Basisangebot

Kompetenzzentrierte Gruppen („Stationsgruppe“)

Zielgruppe sind alle stationär aufgenommenen Patientinnen und Patienten, die einer ergotherapeutischen Behandlung in einer Gruppe zugänglich sind und bei denen keine Notwendigkeit oder Verordnung einer speziellen ergotherapeutischen Behandlungsform besteht. In der kompetenzzentrierten Gruppe befassen sich die Patient*innen, abhängig von ihrer individuellen Zielsetzung, überwiegend mit Einzelarbeiten aus dem handwerklich-gestalterischen Bereich.
Angestrebt wird die Aufrechterhaltung bzw. der Wiedererwerb und ggf. der Ausbau von grundlegenden Fähigkeiten (Kompetenzen) wie zum Beispiel Ausdauer, Frustrationstoleranz, realistische Selbsteinschätzung, Selbstvertrauen, Eigenverantwortung, und Handlungsplanung.
Die Gruppen werden in offener oder geschützter Form angeboten.
Die Dauer der Therapieeinheiten und die Gruppengröße sind dem jeweiligen Bedarf entsprechend angepasst.

Zusätzlich:

Ergänzende ergotherapeutische Angebote auf der Station 4A

Die ergotherapeutische Behandlung wird auf den jeweiligen Bedarf der Patientinnen und Patienten abgestimmt. Das zusätzliche Angebot besteht aus kognitivem Training zur Förderung von beispielsweise Konzentration, Merkfähigkeit und Logik. Außerdem werden regelmäßig Übungen und Spiele zur Förderung der sozialen Fähigkeiten, wie zum Beispiel der Kommunikation und Gruppenfähigkeit, eingesetzt. Ferner stehen diverse Möglichkeiten im Bereich der lebenspraktischen Tätigkeiten zur Verfügung.
Der „achtsame Spaziergang“, „Innere Ruhe durch gezielte körperliche Aktivität“ oder das Genusstraining stellen weitere Behandlungsangebote dar. Die Patient*innen werden angeleitet, dass sie selbst positiven Einfluss auf ihre Gefühle, Stimmungen und Gedanken haben können. Durch die gezielte Sensibilisierung der bewussten Wahrnehmung soll die Selbstwirksamkeit gefördert werden.

Sensorische Integration

Auf der Station 4A stehen in einem eigens dafür eingerichteten Raum diverse sensorische Wahrnehmungsangebote zur Verfügung. Diese niederschwellige Therapieform dient speziell den akut erkrankten Patientinnen und Patienten als Einstiegsmöglichkeit in ein kontinuierliches Therapiegeschehen. Es werden diverse Utensilien aus unterschiedlichen Wahrnehmungsbereichen genutzt.

Die sensorische Integration wird je nach Bedarf im Rahmen der kompetenzzentrierten Stationsgruppe, ergänzend als Kleingruppe oder bei Bedarf als Einzeltherapie angeboten.

Schwerpunktgruppe für Patientinnen und Patienten mit polyvalentem Missbrauch

Teilnahmepflicht besteht in der Gruppe für vorwiegend drogenabhängige Patientinnen und Patienten, die von einer Drogenberatungsstelle mitbetreut werden und eine mehrwöchige substituierte Entgiftung durchlaufen. Zeitgleich zu handwerklich-gestalterischen Tätigkeiten wird die Möglichkeit geboten, an einem Computer zu arbeiten. Hier stehen sowohl Lernprogramme für das Arbeiten mit Office-Anwendungen zur Verfügung als auch die Programme „Cogpack“ und „Fresh Minder“, mit denen ein gezieltes kognitives Training durchgeführt werden kann. Weiterhin können die Patient*innen ein Führerscheinübungsprogramm und ein Zehn-Finger-Schreibtraining nutzen.

Einzeltherapie

Die Einzeltherapie erfolgt nur im Ausnahmefall und auf Absprache. Sie ist beispielsweise bei Patient*innen indiziert, die noch nicht gruppenfähig sind. Nach Möglichkeit soll durch die Einzeltherapie die Gruppenfähigkeit erzielt werden.

Eine weitere Indikation kann die Erarbeitung spezieller Zielsetzungen sein, wie zum Beispiel langfristiger Hilfsmitteleinsatz oder motorisch-funktionelles Training in Ergänzung zur Krankengymnastik.

Die Einzeltherapie kann nur bei entsprechender Kapazität angeboten werden.

Werkgruppen

Werkgruppen sind ergänzende kompetenzzentrierte Gruppen.

Im Vergleich zur Stationsgruppe wird in einem geschützteren Rahmen gearbeitet.

So kann ein Setting für Kleingruppen und Sonderbetreuungen geschaffen werden.

Gruppentherapie auf der Station 1A

Siehe Absatz Angebote für gerontopsychiatrische Patient*innen.

Stationsübergreifende spezielle Behandlungsangebote

Orientierung am Lebensumfeld

Angebote für überwiegend gerontopsychiatrische Patientinnen und Patienten

Das übergeordnete Ziel der Behandlung besteht darin, die Selbständigkeit und Zufriedenheit im Alter zu erhalten und mögliche Prozesse des Alterns hinauszuzögern, die zu Einbußen der Partizipation führen können.
Alle Angebote sind indiziert für ältere Patientinnen und Patienten. Eine differenzierte Zuordnung der Teilnehmer*innen erfolgt nach Störungsbildern und Zielsetzungen.

Kognitives Alltagstraining

In der Gruppe werden sowohl die kompetenzzentrierte als auch die interaktionelle Methode eingesetzt. Angeboten werden neben Gemeinschaftsaktivitäten verschiedene Hirnleistungstrainings und Gesprächseinheiten, in denen es um Erfahrungsaustausch bzw. Problemlösungen geht.
In diesen Gruppen wird durch den Einsatz verschiedener Medien, ein mehrere Wahrnehmungsebenen ansprechendes, ganzheitliches Gedächtnistraining angeboten.
Deutsches Sprachverständnis ist Voraussetzung für die Teilnahme.
Die Gruppenstruktur soll der oftmals bestehenden Isolation entgegenwirken, die Teilnehmer und Teilnehmerinnen sollen ohne Überforderung aktiviert und gefördert werden.

Es werden zwei Gruppen angeboten:
Eine Gruppe findet für die Patientinnen und Patienten der **Station 1A direkt vor Ort** statt.
Die weitere Gruppe ist stationsübergreifend und wird im Sprachgebrauch als **„Mitdenkerrunde“** bezeichnet.

Gruppentherapie auf der Station 1A

In der Gruppentherapie wird ein aktivierendes Training angeboten, welches möglichst alle Sinne sowie das Altgedächtnis anspricht. Das therapeutische Herangehen ist in besonderem Maße stützend, damit die Patientinnen und Patienten die Möglichkeit haben, eigenes Können und eigenen Wert zu erfahren. Das Training orientiert sich an den Fähigkeiten und Bedürfnissen der Teilnehmer*innen.

In dieser Gruppe sollen kognitiv schwächere Patient*innen gestützt und gefördert sowie soziale Fähigkeiten trainiert werden. Auch hier gilt: das Anknüpfen an vorhandene Fähigkeiten ist wichtiger als das Vermitteln neuer Inhalte.
Dieses Angebot findet in einer Gruppe statt, um der Vereinsamung entgegen zu wirken.

Lebenspraktische Aktivitäten Senior*in

In dieser Gruppe geht es oftmals darum, welche Wohnform für die Patient*innen nach der Entlassung infrage kommt, bzw. welche Hilfestellungen für die Aufrechterhaltung der bisherigen Lebensumstände benötigt werden. Die Entwicklung von Perspektiven für die weitere Lebensgestaltung ist ein weiterer wichtiger Bestandteil dieser Gruppe.
Das inhaltliche Angebot wird auf den Bedarf abgestimmt.
Die Patientinnen und Patienten werden auf konkrete alltägliche Anforderungen, wie beispielsweise die Haushaltsplanung und -führung vorbereitet.
In der Altersgruppe der gerontopsychiatrisch erkrankten Patient*innen geht es meist nicht darum, Fähigkeiten neu zu erlernen, sondern bereits früher ausgeübte Aktivitäten wieder zu erwerben und zu erhalten.

Beweglichkeitstraining

Es werden Bewegungsübungen der oberen und unteren Extremitäten und des Rumpfes durchgeführt. Dies wird unter anderem durch den Einsatz von Medien unterstützt. Funktionseinschränkungen vielfältiger Art haben direkte und indirekte Auswirkungen auf die Handlungsfähigkeit. Gezielte Übungen tragen dazu bei, dass Fähigkeiten wie Körperpflege, Ankleiden (zum Beispiel das Binden von Schnürsenkeln) erhalten bleiben. Durch alltägliche Übungen soll Selbstständigkeit gefördert und zur Sturzprophylaxe beigetragen werden.
Da die Gruppe im Tagesraum angeboten wird, ist die Teilnahme für alle Patienten und Patientinnen der Station 1A im Rahmen ihrer jeweiligen Fähigkeiten möglich. Vorhandene Gruppenfähigkeit ist Grundlage.

Rollator-Training

Systematisches, fortlaufendes Programm mit den Schwerpunkten:

- Schulung zur Handhabung des Rollators
- Sturzprophylaxe durch körperliches Training, Edukation und Kognition

Für neue Patientinnen und Patienten werden Einzeltherapien zur individuellen Statuserhebung und Vorbereitung auf die Teilnahme an der bei Bedarf stattfindenden Gruppe angeboten. Das Rollator-Training wird je nach Bedarfsstruktur durchgeführt.

Gemeinschaftsaktivitäten

Regelmäßig werden bedarfsgerechte ergotherapeutische Angebote u.a. zur Aktivierung durchgeführt. Singen, Kegeln, Spaziergänge und die Betreuung eines Hochbeetes sind neben saisonalen Tätigkeiten beispielhafte Programmpunkte, die das Altgedächtnis anregen.

Einzeltherapie für schwer dementiell erkrankte Patientinnen und Patienten

Diese Einzeltherapie erfolgt bei Patient*innen, die nicht gruppenfähig sind.
Nach Möglichkeit soll durch die Einzeltherapie die Gruppenfähigkeit erzielt werden.
Hier werden insbesondere Validation, Biografiearbeit und die Methode der „Zehn-Minuten-Aktivierung“ angewendet.
Eine weitere Indikation kann die Erarbeitung spezieller Zielsetzungen wie zum Beispiel der langfristige Hilfsmitteleinsatz sein.

Arbeitstrainingsbereich

Vorgruppe Arbeitstraining

In dieser Gruppe geht es um die Vorbereitung auf die Arbeitstrainingsgruppe. Im reduzierten Umfang erfolgt ein Training der Arbeitsfähigkeiten.
Im Vergleich zur Therapie in den kompetenzzentrierten, stationsbezogenen Gruppen stellt die Vorgruppe eine Belastungssteigerung im Hinblick auf die räumliche, akustische und soziale Reizverarbeitung dar. Zeitliche und inhaltliche Anforderungen liegen unter denen des Arbeitstrainings.

Arbeitstrainingsgruppe (ATG)

Zielgruppe sind Patientinnen und Patienten, die auf einen Arbeitsplatz im ersten oder zweiten Arbeitsmarkt vorbereitet werden sollen. Dies umfasst die orientierende Belastungserprobung, die gezielte Förderung von Grundarbeitsfähigkeiten sowie die Integration in eine Arbeitsgruppe. Zusätzlich werden realistische Arbeitsbedingungen durch verschiedene Belastungsfaktoren wie zum Beispiel Raumbeschaffenheit und Maschineneinsatz nachgestellt.

Es kommen überwiegend handwerkliche Arbeiten und teilfraktionierte Serienfertigung zum Einsatz. Zur gezielten Förderung der kognitiven Fähigkeiten und insbesondere der Konzentrationsfähigkeit wird darüber hinaus das Programm „Cogpack“ angeboten.
Eine kontinuierliche Teilnahme ist erforderlich.
Die bis zu drei täglichen Termine sollten mindestens über einen Zeitraum von zwei Wochen eingehalten werden.

Patient*innen-Café

Die Patientinnen und Patienten der Café-Gruppe bewirtschaften möglichst selbständig ein Café. Dieses ergotherapeutische Gruppenangebot dient Patient*innen zur Vorbereitung auf betreute Wohngruppen, zur Wiedereingliederung in die eigenständige Haushaltsführung oder auch zur Vorbereitung auf einen Beruf mit Publikumsverkehr.

Die Zeiteinteilung und das jeweilige Angebot richten sich nach therapeutischen Gesichtspunkten. Sie werden individuell und situationsbedingt auf die jeweils bestehende Gruppenzusammensetzung abgestimmt.

Die anfallenden Aufgaben werden in einer täglichen Besprechung in der Gruppe aufgeteilt, so dass individuelle Fähigkeiten mit den Erfordernissen des Cafébetriebs abgestimmt werden können. Zur Bewältigung der Anforderungen, die einen deutlichen Realitätsbezug vermitteln, wird eine zielgerichtete therapeutische Unterstützung gewährleistet. In der Café-Gruppe werden die interaktionelle und die kompetenzzentrierte Methode mit Aktivitäten des täglichen Lebens verknüpft.

Lädchen

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer betreiben einen Verkaufsladen, in dem Werkstücke aus der Ergotherapie veräußert werden. Spezifische Arbeiten sind Verkauf und Beratung, Preisauszeichnung, Ladendekoration und Gestaltung der Vitrinen.
Auch bei diesem Angebot stehen therapeutische Zielsetzungen im Vordergrund.

Expressionsgruppe

Die ergotherapeutische Expressionsgruppe (lat. expressio „Ausdruck“) ist ein kunsttherapeutisch orientiertes Angebot, bei dem weniger das Ergebnis als vielmehr der bildnerische Prozess im Vordergrund steht. Der nonverbale Ausdruck kann den Boden für fördernde Kommunikation bilden. Die Begleitung durch einen Ergotherapeuten oder eine Ergotherapeutin sichert, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer technische Hilfestellung erhalten und in der Auseinandersetzung mit ihren Gestaltungen ermutigt werden. Den Teilnehmer*innen wird die Möglichkeit geboten, inneres Erleben bildlich auszudrücken, zu bearbeiten und zu integrieren.
Im vollstationären Bereich wird die Expressionsgruppe in Kombination mit interaktionellen Anteilen angeboten und auf den jeweiligen Bedarf der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausgerichtet.

Interaktionelle Gruppe

In der interaktionellen Gruppe steht der gruppendynamische Prozess und somit die Förderung der sozio-emotionalen Fähigkeiten im Mittelpunkt.
Medium ist dabei die Arbeit an einem gemeinsamen Projekt.
Den Patientinnen und Patienten wird ein Übungsfeld geboten, in dem sie selbst aktiv werden können, um ihr Verhalten zu überprüfen und zu verändern. Hier können neue, konstruktive Verhaltensweisen, die im Alltag der Patient*innen angstbesetzt sind oder ein soziales Risiko darstellen, erprobt werden.
Zielsetzung ist die Erweiterung der sozialen Kompetenz.
Diese Gruppenform wird insbesondere in den Tageskliniken angeboten.

Computer-Gruppen

Der Schwerpunkt in den Computer-Gruppen ist das kognitive Training mit dem Programm „Cogpack“. Das Programm ist je nach individueller Leistungsfähigkeit und Therapieziel vielfältig adaptierbar. Computerkenntnisse sind nicht erforderlich. Zur Teilnahme an der Gruppe müssen die Patient*innen jedoch Deutsch lesen und verstehen, sowie bei einigen Aufgaben auch schreiben können. Einzig das Programm „Cogpack“ kann auch in Englisch und Französisch angeboten werden.
Ergänzend stehen das Programm „Fresh Minder“ für kognitives Training, die Microsoft-Office-Programme mit Lernprogrammen sowie weitere spezielle Programme zur Verfügung. Mithilfe dieser können alltagspraktische Kenntnisse oder Fähigkeiten – wie zum Beispiel das Führerscheintraining oder das Zehn-Finger-Schreibtraining – vermittelt werden.
Es gibt keinen Schwerpunkt für die einzelnen Gruppen, alle Anwendungen laufen parallel in allen Gruppen. Arbeitsform ist immer die Einzeltätigkeit in der jeweiligen Gruppe.

Zusätzlich besteht je nach Kapazität die Möglichkeit mithilfe eines Laptops die Programme „Cogpack“, „Fresh Minder“ und das Zehn-Finger-Schreibtraining in Einzeltherapie anzubieten.
Eine Unterstützung bei z.B. Anschreiben für Bewerbungen oder Internetrecherchen ist im Rahmen einer Einzeltherapie ebenfalls realisierbar.

Das PC-Training kann auch für Senior*innen angeboten werden. Dieses Angebot beinhaltet das stützende Heranführen an das Medium Computer. Die Patient*innen werden hierzu je nach Möglichkeiten in die PC-Gruppen integriert. Eine Einzeltherapie kann nur bei Kapazität angeboten werden.

PMR

Die Progressive Muskelentspannung nach Jacobson ist ein aktives Entspannungsverfahren, das auf verschiedenen Stationen wöchentlich von der Ergotherapie angeboten wird.

Lebenspraktische Gruppe

Es werden verschiedene Gruppen angeboten, deren inhaltliches Angebot auf den Bedarf, das Krankheitsbild und die jeweilige Altersstruktur abgestimmt ist.

Die Patient*innen werden hier auf konkrete alltägliche Anforderungen, wie z.B. Haushaltsplanung und Durchführung, die Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel usw. vorbereitet.
Darüber hinaus können Strukturhilfen zur Freizeitgestaltung nach der Entlassung erarbeitet werden.

Es geht in dieser Gruppe oftmals darum, Hilfestellungen für die Aufrechterhaltung bzw. die Bewältigung der Lebensumstände nach Entlassung zu erschließen. Häufig ergeben sich durch die Betätigung in der Gruppe auch Hinweise bezüglich der notwendigen Wohnform oder des Bedarfes der Unterstützung nach Entlassung.

Den Patienten/innen soll ein gezieltes, individuelles und alltagsnahes Training angeboten werden, das auf ihre konkrete Situation abgestimmt ist. Die Umsetzungsfähigkeit, also das Handeln, wird durch Erhalt oder Förderung der lebenspraktischen Fähigkeiten begünstigt.

Soziale-Kompetenz-Gruppe

Eine Vielzahl der Patient*innen hat Probleme im Bereich des sozialen Verhaltens.
Patient*innen berichten von Schwierigkeiten, ihre eigenen Forderungen, Gefühle und Bedürfnisse in zwischenmenschlichen Beziehungen einzubringen. Dies nicht erfolgreich tun zu können, führt zu weiterführenden Schwierigkeiten in Familie, Beruf oder Freizeit. Meist ist ein sozialer Rückzug die Folge. Oft ist dies Auslöser für eine Erkrankung oder verstärkt diese.
Die Fähigkeit, sich im privaten und beruflichen Umfeld so zu verhalten, dass eigene Anliegen angemessen vorgebracht und durchgesetzt werden können, wird soziale Kompetenz genannt.
Um diese Fähigkeit zu erlernen oder zu verbessern gibt es das Gruppentraining, welches sich an ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Programm zur Förderung sozialer Kompetenzen anlehnt.
Trainingseinheiten mit der Vermittlung von Informationen, Übungen, Rollenspielen und dem Bearbeiten von Fragebögen und Hausaufgaben werden in diesem Gruppenrahmen durchgeführt.

Beim sozialen Kompetenztraining handelt es sich um ein Gruppenangebot mit begrenzter Teilnehmer*innenzahl.

Ergotherapeutische Behandlungsangebote

Kurzübersicht für den vollstationären Bereich

Ergotherapeutisches Basisangebot

Kompetenzzentrierte Gruppen („Stationsgruppen“)

<u>Zusätzliche Angebote:</u>

- Sensorische Integration und ergänzende Angebote auf der Station 4A
- Schwerpunktgruppe für Patientinnen und Patienten mit polyvalentem Missbrauch
- Einzeltherapie
- Werkgruppe

Stationsübergreifende spezielle Behandlungsangebote

Angebote für gerontopsychiatrische Patient*innen

- Kognitives Alltagstraining
- Gruppentherapie Station 1A
- Gemeinschaftsaktivitäten
- Beweglichkeitstraining
- Rollator-Training
- Einzeltherapie für schwer dementiell erkrankte Patient*innen
- Lebenspraktische Aktivitäten

Arbeitstrainingsbereich

- Arbeitstrainingsgruppe
- Vorgruppe
- Patient*innen-Café
- Lädchen
- Expressionsgruppe
- Interaktionelle Gruppe
- Computer-Gruppen
- PMR
- Lebenspraktische Gruppe

Tagesklinische Behandlungsangebote der Ergotherapie

Ausgerichtet auf die Zielsetzungen der Patient*innen, werden von der Ergotherapie in den Tageskliniken in Lübbecke, Minden und Bad Oeynhausen, kompetenzzentrierte Gruppen, interaktionelle Gruppen, lebenspraktische Gruppen, Expressionsgruppen, Computer-Training und geleitete Bewegung angeboten.

Kompetenzzentrierte Gruppe

In der kompetenzzentrierten Gruppe befassen sich die Patient*innen, abhängig von ihrer individuellen Zielsetzung, überwiegend mit Einzelarbeiten aus dem handwerklich-gestalterischen Bereich.

Angestrebt wird die Aufrechterhaltung bzw. der Wiedererwerb und ggf. der Ausbau von grundlegenden Fähigkeiten (Kompetenzen) wie zum Beispiel Ausdauer, Frustrationstoleranz, realistische Selbsteinschätzung, Selbstvertrauen, Eigenverantwortungsübernahme oder Handlungsplanung.

Expressionsgruppe

Die ergotherapeutische Expressionsgruppe (lat. expressio „Ausdruck“) ist ein kunsttherapeutisch orientiertes Angebot, bei dem weniger das Ergebnis als vielmehr der bildnerische Prozess im Vordergrund steht. Der nonverbale Ausdruck kann den Boden für fördernde Kommunikation bilden. Die Begleitung durch eine Ergotherapeutin oder einen Ergotherapeuten sichert, dass die Teilnehmer*innen technische Hilfestellung erhalten und in der Auseinandersetzung mit ihren Gestaltungen ermutigt werden.
Den Teilnehmer*innen wird die Möglichkeit geboten, inneres Erleben bildlich auszudrücken, zu bearbeiten und zu integrieren.

Interaktionelle Gruppe

In der interaktionellen Gruppe steht der gruppendynamische Prozess und somit die Förderung der sozio-emotionalen Fähigkeiten im Mittelpunkt. Medium ist dabei die Arbeit an einem gemeinsamen Projekt.
Den Patient*innen wird ein Übungsfeld geboten, in dem sie selbst aktiv werden können, um ihr Verhalten zu überprüfen und zu verändern. Hier können neue, konstruktive Verhaltensweisen, die im Alltag der Patient*innen angstbesetzt sind oder ein soziales Risiko darstellen, erprobt werden. Zielsetzung ist die Erweiterung der sozialen Kompetenz.

Computer-Training

Der Schwerpunkt ist das kognitive Training mit dem Programm „Cogpack“. Das Programm ist je nach individueller Leistungsfähigkeit und Therapieziel vielfältig adaptierbar. Computerkenntnisse sind nicht erforderlich. Zur Teilnahme müssen die Patient*innen Deutsch lesen und verstehen sowie bei einigen Aufgaben auch schreiben können.
Ergänzend stehen das Programm „Fresh Minder“ für kognitives Training, die Microsoft-Office-Programme mit Lernprogrammen sowie weitere spezielle Programme zur Verfügung. Mithilfe dieser können alltagspraktische Kenntnisse oder Fähigkeiten – wie zum Beispiel das Zehn-Finger-Schreibtraining – vermittelt werden.

Je nach Kapazität besteht die Möglichkeit ein begleitetes Schreiben von z.B. Lebensläufen, sonstigem Schriftverkehr, Internetrecherche in Einzeltherapie anzubieten.

Das PC-Training kann auch für Computereinsteiger*innen angeboten werden.
Dieses Angebot beinhaltet dann insbesondere das stützende Heranführen an das Medium Computer.

Spaziergang/Walking

Für alle Patient*innen findet in der Tagesklinik ein begleitetes Bewegungsprogramm statt.
Spaziergänge sowie Walking-Runden werden nach Bedarf angeboten.
Die positiven Auswirkungen von regelmäßiger körperlicher Bewegung sowie Sport auf die eigene Gesundheit, Lebensqualität und Lebenserwartung sind seit Jahren bekannt.
Gerade die Aktivität in der Gruppe fördert die Motivation und den Spaß an Bewegung.
Auch für Menschen, die schon länger keinen Sport mehr betrieben haben oder unter leichteren körperlichen Einschränkungen leiden, ist Walking besonders geeignet, da die Anforderungen an die Trainierenden über die Länge der Strecke und die Gehgeschwindigkeit gut an die Belastungsmöglichkeiten der Teilnehmer*innen angepasst werden können.

Lebenspraktische Koch-Gruppe

In der Koch-Gruppe liegt der inhaltliche Schwerpunkt in der Übung von alltäglichen, lebenspraktischen Tätigkeiten. Dazu gehören von der Planung bis zur Durchführung einer gemeinsamen Mahlzeit alle Arbeitsschritte.
Die Umsetzung beinhaltet die Einigung auf ein Rezept mit zugehöriger Einkaufsliste, die Klärung der Aufgabenverteilung und des Einkaufes, die Vorbereitung, das Kochen sowie das anschließende Reinigen und Aufräumen der Küche.
Hierbei können individuelle Wünsche und Ideen eingebracht und gezielte Tätigkeiten geübt werden.
Beim Einkaufen gilt es, Ängste und Unsicherheiten, die aufgrund von verschiedenen Krankheitssymptomen vorhanden sind, abzubauen und vermehrte Alltagskompetenz zu erwerben.
Innerhalb des Kleingruppenrahmens ist eine Förderung der sozialen Kompetenzen – zum Beispiel der Absprachefähigkeit, der Übernahme von Verantwortung, der Stärkung der Kritikfähigkeit und der Rücksichtnahme – ein wichtiger Therapieinhalt.

Darüber hinaus gibt es weitere von Ergotherapeut*innen, teilweise in Kooperation mit flankierenden Berufsgruppen, durchgeführte Behandlungseinheiten.

Zusätzliche Angebote in der Tagesklinik Lübbecke:

Projektgruppe Aquarium:

Die Patient*innen der Tagesklinik betreuen unter ergotherapeutischer Anleitung ein Aquarium.
In der gemeinsamen Unterhaltungspflege kommen kompetenzzentrierte und interaktionelle Anteile zum Tragen.

Training zur Freizeitgestaltung:

Ideensammlung, Planung, Organisation, für die Spiele/Konzentration Gruppe und für das „Fit for Fun“ Angebot.
Auch Vor- und Nachbesprechung der 14-täglich durchgeführten Außenaktivitäten aller Patient*innen der Tagesklinik wird hier der Raum gegeben.
Grundlage sind auch hier kompetenzzentrierte und interaktionelle Anteile.

„Fit for Fun“:

Spielerische Aktivitäten werden gezielt zur körperlichen und/oder geistigen Aktivierung eingesetzt.
Angeboten werden sowohl Übungen aus dem Gedächtnistraining als auch bewegungsorientierte Gruppenspiele wie zum Beispiel Tischtennis oder das Kegeln auf der hauseigenen Kegelbahn.

Spiele/Konzentration:

In diesem Rahmen werden für die Patient*innen in den jeweiligen Gruppen einmal wöchentlich überwiegend Gesellschaftsspiele angeboten.
Durch die Interaktion werden insbesondere sozio-emotionale Fähigkeiten gefördert.
Alternativ ergänzend werden Aufgaben aus dem kognitiven Training zur Förderung von beispielsweise Konzentration, Merkfähigkeit und Logik angeboten.

Zusätzliche Angebote in der Tagesklinik Minden:

Soziale-Kompetenz-Gruppe:

Eine Vielzahl der Patient*innen hat Probleme im Bereich des sozialen Verhaltens.
Patient*innen berichten von Schwierigkeiten, ihre eigenen Forderungen, Gefühle und Bedürfnisse in zwischenmenschlichen Beziehungen einzubringen. Dies nicht erfolgreich tun zu können, führt zu weiterführenden Schwierigkeiten in Familie, Beruf oder Freizeit. Meist ist ein sozialer Rückzug die Folge. Oft ist dies Auslöser für eine Erkrankung oder verstärkt diese.
Die Fähigkeit, sich im privaten und beruflichen Umfeld so zu verhalten, dass eigene Anliegen angemessen vorgebracht und durchgesetzt werden können, wird soziale Kompetenz genannt.
Um diese Fähigkeit zu erlernen oder zu verbessern gibt es das Gruppentraining, welches sich an ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Programm zur Förderung sozialer Kompetenzen anlehnt.
Trainingseinheiten mit der Vermittlung von Informationen, Übungen, Rollenspielen und dem Bearbeiten von Fragebögen und Hausaufgaben werden in diesem Gruppenrahmen durchgeführt.

Beim sozialen Kompetenztraining handelt es sich um ein Gruppenangebot mit begrenzter Teilnehmer*innenzahl.

Spiele/Konzentration Gruppe:

In diesem Rahmen werden für die Patient*innen in den jeweiligen Gruppen einmal wöchentlich überwiegend Gesellschaftsspiele angeboten. Durch die Interaktion werden insbesondere sozio-emotionale Fähigkeiten gefördert.
Alternativ ergänzend werden Aufgaben aus dem kognitiven Training zur Förderung von beispielsweise Konzentration, Merkfähigkeit und Logik angeboten.

Achtsamkeit:

Bei den Achtsamkeitsübungen ist die Aufmerksamkeit auf das „Hier und Jetzt“ gerichtet.
Gedanken, Gefühle und die Sinneseindrücke werden konzentriert und nicht bewertend wahrgenommen. Die Grundelemente der Achtsamkeit bestehen aus dem Konzentrieren, dem Beobachten, dem Benennen, dem Nicht-Bewerten und dem Nicht-Reagieren.
Die Achtsamkeitsübungen können unterstützen, einen neuen Umgang mit Situationen und Aufgaben des Alltages zu finden und dadurch das Wohlbefinden zu verbessern.

Zusätzliche Angebote in der Tagesklinik Bad Oeynhausen:

Soziale-Kompetenz-Gruppe:

Eine Vielzahl der Patient*innen hat Probleme im Bereich des sozialen Verhaltens.
Patient*innen berichten von Schwierigkeiten, ihre eigenen Forderungen, Gefühle und Bedürfnisse in zwischenmenschlichen Beziehungen einzubringen. Dies nicht erfolgreich tun zu können, führt zu weiterführenden Schwierigkeiten in Familie, Beruf oder Freizeit. Meist ist ein sozialer Rückzug die Folge. Oft ist dies Auslöser für eine Erkrankung oder verstärkt diese.
Die Fähigkeit, sich im privaten und beruflichen Umfeld so zu verhalten, dass eigene Anliegen angemessen vorgebracht und durchgesetzt werden können, wird soziale Kompetenz genannt.
Um diese Fähigkeit zu erlernen oder zu verbessern gibt es das Gruppentraining, welches sich an ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Programm zur Förderung sozialer Kompetenzen anlehnt. Trainingseinheiten mit der Vermittlung von Informationen, Übungen, Rollenspielen und dem Bearbeiten von Fragebögen und Hausaufgaben werden in diesem Gruppenrahmen durchgeführt.

Beim sozialen Kompetenztraining handelt es sich um ein Gruppenangebot mit begrenzter Teilnehmer*innenzahl.

Achtsamkeit:

Bei den Achtsamkeitsübungen ist die Aufmerksamkeit auf das „Hier und Jetzt“ gerichtet.
Gedanken, Gefühle und die Sinneseindrücke werden konzentriert und nicht bewertend wahrgenommen. Die Grundelemente der Achtsamkeit bestehen aus dem Konzentrieren, dem Beobachten, dem Benennen, dem Nicht-Bewerten und dem Nicht-Reagieren.
Die Achtsamkeitsübungen können unterstützen, einen neuen Umgang mit Situationen und Aufgaben des Alltages zu finden und dadurch das Wohlbefinden zu verbessern.