

Kolumne

„Mit Ergotherapie alltägliche Herausforderungen bewältigen“

Ergotherapie ist vielen Menschen, die mit ihr im Rahmen einer seelischen Krise und einer damit verbundenen Behandlung in einer psychiatrischen Klinik in Berührung kamen, bekannt als eine Therapie, bei der es irgendwie um Kreativität und Hobbys geht. Diesen Ruf hatte sich die Ergotherapie in früheren Zeiten erworben.

Heute versteht sich die Ergotherapie als Therapie, die Menschen bei ihrer Teilhabe am Leben unterstützt. Ergotherapeut*innen fragen gemeinsam mit ihren Klient*innen: Welche Aufgaben will und muss ich am Arbeitsplatz, in meiner Wohnung, beim Einkauf, in der Familie, mit Freunden und bei allen möglichen Themen, die im Leben so anstehen, bewältigen? Was fällt mir leicht, was schwer? Und was brauche ich, damit ich auch die schwierigen Anforderungen ganz gut schaffe? Klient*innen und Ergotherapeut*innen überlegen zusammen genau, welche Themen im Moment besonders wichtig sind und bei welchen es sinnvoll ist, sie anzupacken. Dann denken sie sich eine Strategie aus, wie die Klient*innen ihre Themen bearbeiten können, vereinbaren erste Schritte und überprüfen gemeinsam den Erfolg. Wenn der Plan geklappt hat, geht es weiter zum nächsten Schritt. Wenn er noch nicht so gut geklappt hat, wird der Plan überprüft und verändert. Auf diesem Weg können die Klient*innen immer mehr die Sachen machen, die sie vorher als ganz schwierig erlebt haben und nehmen so ihr Leben auch bei diesen in die Hand. Das ist das, was mit dem Begriff „Teilhabe“ gemeint ist.

Markus Schmid, Leiter Abteilung Therapeutische Dienste, LVR-Klinik Viersen

