

Recovery through Activity



Verbesserung
der Teilhabe im Alltag

Kurzvortrag in der Vortragsreihe

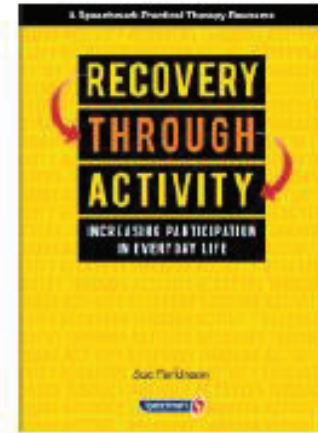
Manualisierte Interventionen zur
Zeitnutzung

DVE-Kongress 2016

Jutta Berding, MSc.
Verwaltungsprofessur Ergotherapie
Hochschule Osnabrück

Recovery through Activity

- 2014 von Sue Parkinson entwickelt
Thematische konzeptionelle Nähe
zum Interventionsprogramm
Action over Inertia
- Ziel → flexible Ressource für ET sowie
Grundgerüst für betätigungsorientierte
Interventionen
- Ansatz → Veränderung des Lifestyles -
Entwicklung gesundheitsförderlicher
Aktivitätsmuster



Ansatz Veränderung des Lifestyles

- Reflektion des Lifestyle – basiert auf dem japanischen Interventionsprogramm nach Yamada et al 2010

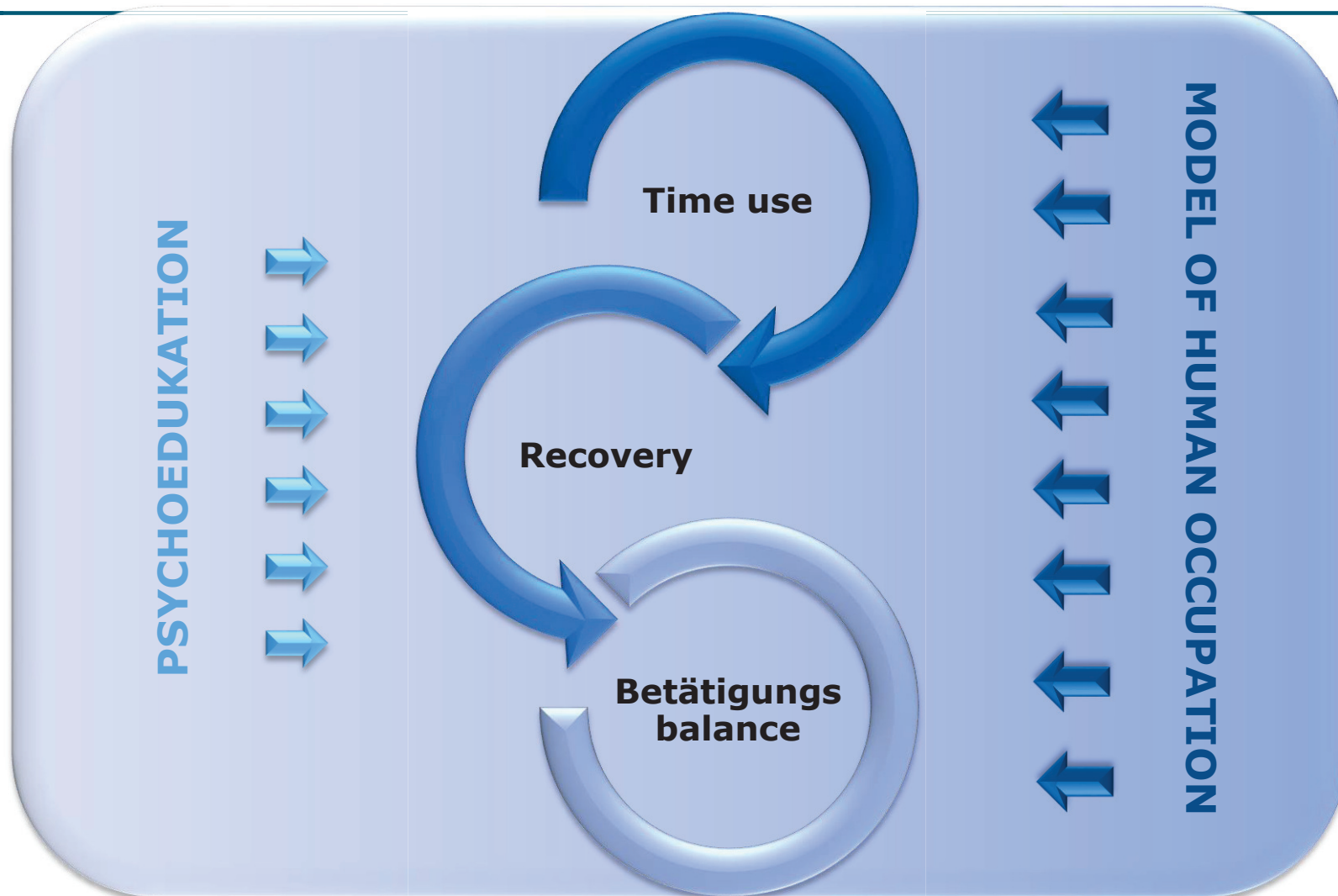
Fokus:

- „...typische Regelmäßigkeiten in der Gestaltung des Alltags.“ (Korte und Schäfers, 2006:223)
- „Routinen wie Haushaltsführung, Verhalten am Arbeitsplatz, Konsumverhalten, Gestaltung sozialer Kontakte, Freizeitverhalten... “ (Kardorff zit. nach Cassen 2013:16)

□ Ziel:

- To provide a forum for participants with mental health problems to reflect on their occupational lives and the impact on their general health
- To discuss and practise lifestyle choices that can better meet the participants occupational and health needs (Yamada et al 2010)

Theoretischer Hintergrund RTA



Recovery through Activity_Aufbau

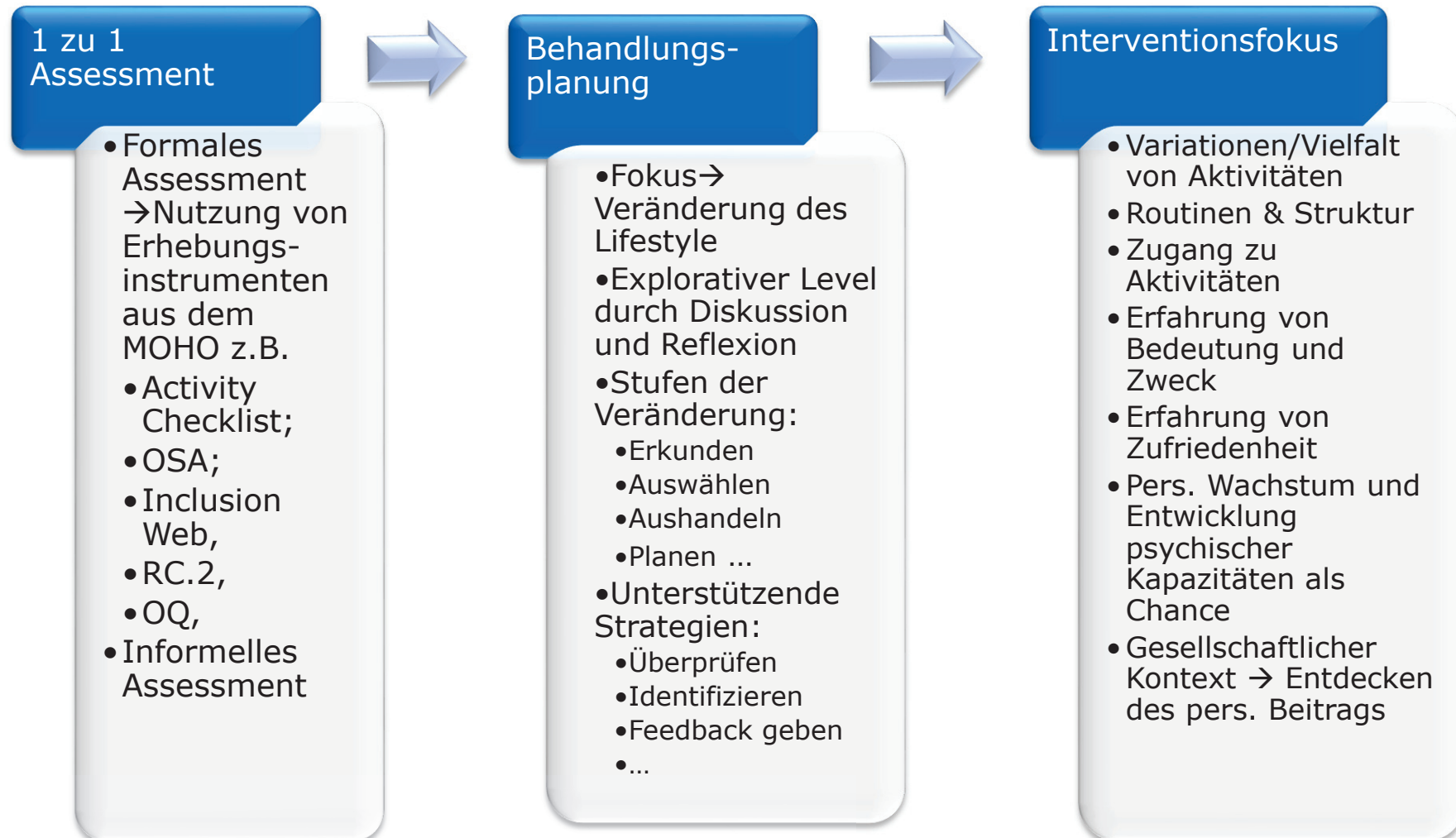
□ Part 1

- Einführung_Grundannahmen – Bezug Time use
- MOHO
- Vermitteln der Relevanz von Activity
- Prinzipien in der Durchführung des Programms
- 1 zu 1 Assessment und Behandlungsplanung

□ Part 2

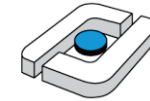
- 12 Sessions_Edukative Inhalte + Arbeitsblätter
- ebenfalls auf CD

Schritte in der Durchführung



Kern des Manuals – 12 Interventionskategorien

THEMA	INTERVENTIONSFOKUS
Freizeit-aktivitäten:	Unterschiede zwischen passiven und aktiven Freizeitaktivitäten identifizieren
Kreative Aktivitäten:	Erkennen, dass Kreativität Risikobereitschaft und Problemlösen beinhaltet
Technische Aktivitäten:	Abwägen von positiven und negativen Ergebnissen
Physische Tätigkeiten:	Wissen über die Vorteile für die physische und psychische Gesundheit
Freiluft-aktivität:	Die Kraft/die Möglichkeiten der Natur hinsichtlich Regeneration und dem Gefühl von Wohlbefinden erkennen/verstehen
Glaubens-aktivitäten:	Entdecken von Wegen, innerhalb welche der spirituelle / religiöse Glaube das alltägliche Leben formen kann
Aktivitäten d. Selbst-versorgung:	Wertschätzung von Aktivitäten der Selbstversorgung, welche die Verwaltung von Gesundheitsbedingungen beinhaltet. Auf den eigenen Körper zu achten und Sorgen für unser Aussehen zu tragen



Erhebung im Rahmen einer BA-Arbeit

(Becker & Ravé, 2016)

□ Fokus:

- Durchführbarkeit in zwei psychiatrischen Ergotherapieabteilungen
- Wiederaufnahme gesundheitsfördernder Aktivitäten

□ Ergebnis

- Über die Hälfte der Teilnehmenden (n=13) wurden angeregt, eine neue Denkweise bzgl. des eigenen Lebensstils zu entwickeln
- 7 der Teilnehmenden haben erste Schritte in neue Aktivitäten aufgenommen
- Das RTA bietet einen strukturierten Interventionszugang im Gruppenformat - aktivitätsbezogene Inhalte können zielführend adressiert werden

Literatur

- Becker, L.; Ravé, S. (2015): Ist das Programm Recovery through Activity eine zielführende ergotherapeutische Intervention für Menschen mit psychischen Erkrankungen in Hinblick auf die Wiederaufnahme gesundheitsfördernder Aktivitäten? BA-Arbeit der Hochschule Osnabrück
- Eklund, M. et al. (2009): Time Use among People with Psychiatric Disabilities: Implications for Practice. In: Psychiatrie Rehabilitation Journal. Volum 32. No. 3. 177-191.
- Farnworth, L. (2003): 'Time use, tempo and temporality: occupational therapy's core business or someone else's business?'. Australian Occupational Therapy Journal, Jahrgang 50, September 2003, Heft-Nr 3., Seitenzahlen 116-126.
- Parkinson, S. (2014): Recovery through Activity. Increasing participation in everyday life. London. Speechmark Publishing Ltd.
- Yamada, T.; Kawamata, H.; Kobayashi, N.; Kielhofner, G.; Taylor, R. (2010): A randomized clinical trail of a wellness programme for healthy older people. British Journal of Occupational Therapy; 73(11), pp540-8