

Ergotherapie sieht Einfluss von Betätigung auf Gesundheit Ergotherapeuten ermöglichen positive Selbstsicht und vermitteln nachhaltige Strategien

Um die Finanzierbarkeit von Gesundheit für die Menschen in Deutschland zu gewährleisten, sind immer wieder Veränderungen im Gesundheitssystem nötig. Ebenso wie die Einsicht eines jeden Einzelnen, die Verantwortung für das eigene Wohl selbst zu übernehmen. „Wir Ergotherapeuten befähigen unsere Klienten, ihre aktuelle gesundheitliche Krise mit ergotherapeutischen Strategien zu bewältigen. Und wir versetzen sie gleichzeitig in die Lage, auch über den Behandlungszeitraum hinaus das Gelernte in den Alltag und in andere Bereiche zu übertragen und selbst passende Lösungen zu entwickeln.“, betont Claudia Merklein de Freitas, Ergotherapeutin im DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.) die Wirkung und Nachhaltigkeit von Ergotherapie.

Punktesysteme, Boni oder Gutschriften für eine gesunde Lebensweise sind schon länger gang und gäbe, monetäre Anreize der Krankenversicherer. Denn die gesellschaftlichen Veränderungen bringen mit sich, dass die Kostenträger inklusive aller im Gesundheitssystem Involvierter in Deutschland sparen und die vorhandenen Gelder umverteilt werden müssen – ein ständiger Wandel. Aber wie kommt es zu mehr oder besserer Gesundheit? Denn der Verzicht auf Rauchen, eine ausgeglichene Ernährung und ausreichend Bewegung alleine sind keine Garanten. Gibt es über die Prävention hinaus weitere Aspekte, die einen positiven Einfluss haben und somit gesundheitsförderlich wirken? „Ja.“, sagen Ergotherapeuten wie Claudia Merklein de Freitas. In die Ergotherapie kommen Menschen nach Unfällen, mit einer Behinderung oder bei einer Vielzahl von Erkrankungen, die dadurch in ihrem alltäglichen Leben beeinträchtigt sind. Denn die Ergotherapie stellt die Betätigung in den Mittelpunkt ihrer Überlegungen. Jedes Handeln und Tun, also das, was im ergotherapeutischen Fachjargon mit dem Überbegriff „Betätigung“ bezeichnet wird, hat, wenn ein Mensch dieses kann, es gut macht, positive Auswirkungen: Derjenige findet Anerkennung, Bestätigung und Erfüllung. Das Gegenteil tritt ein, wenn ein Mensch – sei es aus körperlichen, geistigen oder seelischen Gründen – etwas nicht (tun) kann, was ihm wichtig ist. Unfähigkeit führt auf Dauer oft zu persönlichem Frust, im weiteren Verlauf zu Minderwertigkeitsgefühlen, Depressionen oder anderen Erkrankungen. Oder zur sozialen Ausgrenzung.

Individuelle Bedürfnisse ein ergotherapeutisches Grundprinzip

In der Ergotherapie geht es immer wieder ums Handeln, darum, dass der Mensch die Betätigungen, die ihm wichtig sind, ausführen und dadurch im Alltag gut zurechtkommen kann. „Und das sieht bei jedem anders aus, denn zu uns kommen Menschen jeden Alters, von wenige Monate alten Säuglingen bis zu Hochbetagten, mit völlig unterschiedlichen Erkrankungen oder Problemen. Und sie bringen ganz verschiedene Voraussetzungen und Fähigkeiten mit, möchten ihre eigenen Wünsche umsetzen und Ziele erreichen. Es ist schon daher ein ergotherapeutisches Grundprinzip, jeden Klienten individuell zu betrachten, zu beraten und zu behandeln.“, veranschaulicht Claudia Merklein de Freitas diesen Ansatz. Am Anfang beleuchten Ergotherapeuten üblicherweise eine Vielzahl von Details wie die jeweilige Lebenssituation und die Lebensphase, in der sich ihre Klienten befinden. Alte Menschen haben einen anderen Tagesablauf und befassen sich mit anderen Aufgaben und gehen anderen Betätigungen nach als Kinder oder Erwachsene, die im Beruf stehen oder eine Familie versorgen. Jeder Mensch hat eigene Prioritäten, die sein Leben ausmachen. Nur, wenn die für den Betroffenen wichtigen Handlungen und Betätigungen möglich sind, kann er sich wohl fühlen, sich als gesund empfinden. „In den Grenzen seiner Erkrankung kann sich

jemand wohl und in gewissem Maße sogar gesund fühlen, wenn er den für ihn wichtigen Betätigungen nachgehen kann.“, schildert Frau Merklein de Freitas die Situation eines Klienten, dessen größter Wunsch es war, weiter im eigenen Haus zu leben und einen Tanzkurs und Tanzabende zu besuchen – und das, obwohl er an Parkinson erkrankt war. Mit entsprechendem ergotherapeutischem Training, motivierendem Coaching und dem Transfer der erlernten Strategien in seinen Alltag hat der Klient diese zuvor mit der Ergotherapeutin gemeinsam festgelegten Ziele tatsächlich erreicht.

Ergotherapeuten gehen den Ursachen auf den Grund

Ganz andere Ziele haben Kinder oder wenn die Kinder noch zu klein sind, ihre Eltern stellvertretend für sie. Funktionieren eine oder mehrere Handlungen nicht, hat das weitreichende Konsequenzen – bei Kindern ebenso wie bei Erwachsenen. Frau Merklein de Freitas erklärt das so: „Stellen Sie sich vor, ein Schulkind hat Schwierigkeiten, Buchstaben und Zahlen richtig zu schreiben bzw. es braucht immer besonders lange dafür. Das kann verschiedene Ursache haben: eine motorische Fehlentwicklung, eine Wahrnehmungs- oder eine kognitive Problematik. In jedem Fall beeinträchtigt es den Alltag des Kindes maßgeblich, denn es kann dem Unterricht nicht so folgen wie seine Altersgenossen. Die Schwierigkeiten setzen sich bei den Hausaufgaben fort. Das alles wirkt sich eben in weiteren Bereichen aus.“ Um die Ursache herauszufinden, geht die Ergotherapeutin Merklein de Freitas so vor: Gemeinsam mit dem Kind schaut sie sich die gesamte Betätigung in den einzelnen Schritten an um festzustellen, wo genau ‚es klemmt‘. Mit passenden Assessments – das sind ausgeklügelte Fragebogen zur Analyse von Betätigungsproblemen – geht sie weiter in die Tiefe. Und auf die Summe ihrer Erkenntnisse baut sie ihr Behandlungskonzept auf.

Ergotherapie zeichnet sich durch Vielfalt aus

Ebenso individuell wie ihre Klienten und deren Bedürfnisse sind auch die Vorgehensweisen in der Ergotherapie. „Die Methodenvielfalt ist unsere große Stärke.“, zeigt sich Merklein de Freitas begeistert. Sie berichtet in diesem Zusammenhang von Kindern, die, um mit Gleichaltrigen mithalten zu können, trotz ihrer motorischen Schwierigkeiten gerne Inlineskaten wollten. „In diesem Fall habe ich die Betätigung des Inlinerns als Medium eingesetzt, denn theoretisch erlernen funktioniert hier nicht.“, sagt sie. Das leuchtet ein. Und der Erfolg bestätigt die Richtigkeit, denn am Ende hat alles alleine geklappt: Schützer unterscheiden und anlegen, Schuhe anziehen, Balance halten, Gewichtsverlagerung, Vorwärtsbewegung und so weiter. Die vorhandenen Fähigkeiten und Ressourcen wurden hierfür weiter ausgebaut und die Kinder haben zusätzlich Strategien gelernt, um ihre Schwierigkeiten zu kompensieren. Eine solche Herangehensweise fördert die Nachhaltigkeit der Therapie. Ergotherapeuten behandeln die akuten Probleme. Es ist aber ein durchaus erwünschter Nebeneffekt, dass alle Klienten mit den Ideen und Befähigungen, die sie aus der Ergotherapie mitnehmen, auch außerhalb und nach der Behandlung selbstständig Lösungen für sich finden, um den für sie wichtigen Betätigungen nachgehen zu können.

Informationsmaterial zu den einzelnen Behandlungsfeldern der Ergotherapie erhalten Interessierte bei den Ergotherapeuten vor Ort; diese sind über die Therapeutensuche im Navigationspunkt „Service“ des DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.) auf www.dve.info zu finden.

Ansprechpartnerin für die Presse: Angelika Reinecke, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit des DVE e.V. Telefon: 033203 – 80026, E-Mail: a.reinecke@dve.info



Alle können inlinern? Kinder mit Entwicklungsstörungen fühlen sich ausgegrenzt, wenn sie weniger können als Gleichaltrige. Ergotherapeuten üben mit ihren Klienten die Betätigung, die ihnen besonders wichtig ist. (© DVE)



Schwierigkeiten beim Schreiben von Buchstaben oder Zahlen können viele Ursachen haben. Ergotherapeuten analysieren mithilfe spezieller Assessments die Betätigungsprobleme und behandeln zielgerichtet. (© DVE)



Nachhaltigkeit in der Ergotherapie: Ergotherapeuten begleiten ihre Klienten durch die gesundheitliche Krise und vermitteln ihnen Strategien, die sie im Alltag, also außerhalb und nach der Therapieeinheit anwenden können. (© DVE)



Claudia Merklein de Freitas, Ergotherapeutin (MSc.) hat eine eigene Ergotherapie-Praxis in Köln und lehrt darüber hinaus als Dozentin für Ergotherapie in den Niederlanden an der Zuyd Hogeschool in Heerlen. (© DVE)