

Co je ergoterapie?

Ergoterapie je zdravotnická profese, která využívá specifické diagnostické a léčebné metody, postupy a činnosti při léčbě jedince každého věku, s různým typem postižení, který je trvale nebo dočasně fyzicky, psychicky, smyslově nebo mentálně postižený.

(Česká asociace ergoterapeutů 2000)

Ergoterapie je jedna z nejstarších léčebných metod v terapii duševních chorob. Je to metoda, která se opírá, na rozdíl od převážné většiny ostatních léčebných postupů, o zdravé složky psychiky nemocných. Tyto pak dále podporuje, upevňuje a rozvíjí. Dalo by se říci, že postupuje od opačného konce v souboji s nemocí.

Dokáže pozitivně ovlivnit tvořivost, budování důvěry, sebehodnocení, uskutečňování vlastních možností, experimentování, práci s fantazií, emocionalitu, chování, logické myšlení a sebeuvědomování.

Ergoterapie je založena na předpokladu, že zapojení člověka do cílené a smysluplné činnosti podporuje jeho mentální a fyzické funkce, celkovou pohodu a vede ke zlepšení zdravotního stavu.

Terapie by měla být cílená, vycházet ze zjištěných problémů jedince, odrážet jeho cíle, potřeby, zájmy, sociální role a přispívat ke zlepšení fungování ve všedních denních

činnostech, pracovních činnostech, sociálních a zájmových aktivitách. Podstatné je aby jakákoli forma terapie vznikala na podkladě osobních kritérií klienta (jeho zásady, normy, zvyky, hodnoty atd.), které on sám pokládá za důležité ve své situaci. To je základním předpokladem úspěšné terapie.

„Jedinečnost profese je dána využitím aktivity jako terapeutického prostředku.“

Přestože v rámci ergoterapie vytváříme s klienty různé výrobky, není potřeba být „umělecky nadaný“. Spousta lidí se ergoterapii brání z toho důvodu, že neumí malovat nebo si myslí, že nemají „šikovné ruce“. Je důležité si uvědomit podstatu ergoterapie. Ta souží k rozvinutí vlastní tvořivosti a pomáhá klientovi aktivovat se. Výrobky nejsou nikým známkovány ani jinak hodnoceny. Nejde o vytvoření bezchybného, dokonalého díla, ale nejdůležitější na celém procesu je právě ta radost, kterou člověk pociťuje při samotném tvoření. Klient zažívá pocit radosti z vykonané práce, tato je často umocněna obdivem a projevem nadšení nejen terapeutů a spoluklientů, ale hlavně ocenění rodičem, partnerem, příbuznými.

Samozřejmě lze zažít i nezdar a neúspěch. Ten je rozebrán a přiměřeně zvládnán v terapeutickém prostředí. Je velmi žádoucí s těmito zážitky pracovat a naučit se je zvládat, přijímat je jako součást našeho života.

- odpoutání pacienta od jeho choroby
- smysluplné vyplnění jeho volného času v průběhu léčby a rekonvalescence
- předcházení úzkostným a depresivním potížím účelným zaměstnáváním
- aktivace a přeladění se z nemoci svazujícího stavu
- využití zbylých funkcí
- pomoc pacientovi naplnit jeho životní role

Průběh ergoterapie u nás na klinice:

- klinika Eset má k dispozici ergoterapeutickou dílnu vybavenou nejrůznějším materiálem k nepřebornému množství technik a výtvarných činností
- k terapii je potřeba lékařem potvrzený poukaz, který každý zájemce o terapii obdrží od ergoterapeutky
- na první schůzku s ergoterapeutkou je třeba se předem telefonicky objednat
- terapie probíhá buď jako individuální sezení (ergoterapeutka se může plně věnovat jednomu klientovi) a nebo skupinové sezení (3 – 5 klientů)
- frekvence návštěv dílny záleží na domluvě mezi klientem a ergoterapeutkou, nejčastěji to bývá 1 sezení týdně po 60 minutách
- terapie je přizpůsobena schopnostem klienta
- terapie není nijak časově omezená

Obecné cíle ergoterapie u psychiatrických pacien

Kde dílnu najdete

Ergoterapeutická dílna se nachází v prostorách Centra denních aktivit ESET – HELP (Hekrova 805, 149 00, Praha 11). Dostanete se k nám z konečné stanice metra „C“ Háje autobudem 154, 170 nebo 203 do stanice Brechtova (2 zastávky). Odtud ulicí Schulhoffova směrem do sídliště. Tam už Vás informační cedule zavedou až k nám.

Koho a jak kontaktovat

Veškeré Vaše dotazy rádi zodpovíme osobně (důležité je předchozí telefonické objednání) nebo na telefonu: 272 937 712, 272 916 590 popřípadě prostřednictvím e – mailu: eset.ergo@volny.cz

Kontaktní osoba:

Bc. Petra Macková (ergoterapeutka)

Výtvarné techniky, které nabízíme:

- výroba a zdobení keramiky
- malování na sklo a porcelán

- malování obrázků různými technikami (akvarel, olejomalba, tempera, prašná křída...)
- výroba ručního papíru
- ubrousková technika
- linoryt
- práce s včelařským drátem
- perokresba
- výroba svíček, mýdel
- práce se dřevem, sádrou
- ruční práce (háčkování, šití, vyšívání, práce s bavlnkou...)
- práce na tkalcovském stavu
- výrobky z přírodních materiálů dle ročního období

Samozřejmě uvítáme i nápady

klientů, nebráníme se i jiným technikám

Ergoterapie

