

Anmeldung, Kosten

Die Anmeldung erfolgt mit einer ärztlichen Verordnung durch Ihren behandelnden Hausarzt oder Psychiater.

Die Versicherung übernimmt die Kosten der Behandlung, die im Rahmen einer psychiatrischen Behandlung durchgeführt wird.

Im Verhinderungsfall bitten wir Sie, den Termin 24 Stunden im Voraus abzusagen, ansonsten müssen wir Ihnen die Hälfte der Kosten der verpassten Therapiestunde verrechnen.

Abmeldungen über Empfang Klinik Sonnenhalde:

Tel. Nr. +41 61 645 46 46

Anfahrt mit dem Öffentlichen Verkehr

Mit Tram Nr. 6 bis Riehen Dorf. Von dort zu Fuss via Schmiedgasse und Schützen-gasse zum Gesundheitszentrum. Dort weist ein Wegweiser via Gänshaldenweg zur Klinik Sonnenhalde (ca. 10 Min. Laufzeit). Mit Bus Nr. 35/45 bis Moosrain.



Klinik Sonnenhalde

Ambulante Ergotherapie

Kurzinformation
für Patientinnen und Patienten



Inhalt

In der ambulanten Ergotherapie erhalten Sie die Gelegenheit, sich mit verschiedenen Materialien und Techniken gestalterisch auseinanderzusetzen und auf kreative Art Ihren Gefühlen, Erlebnissen und inneren Bildern Ausdruck zu verleihen.

Es werden keine gestalterischen Kenntnisse vorausgesetzt. Die Therapiemethoden setzen an den Fähigkeiten und schöpferischen Kräften des Menschen an. So werden Ressourcen freigesetzt und innere Lebenskräfte angeregt. Blockierungen können sich lösen, Erinnerungen können verarbeitet werden sowie Neues, Interesse und Freude an sich selbst und am Leben geweckt werden.

Die ambulante Ergotherapie kann im Anschluss an einen Klinikaufenthalt und parallel zu einer psychiatrischen/psychologischen Therapie in Anspruch genommen werden.

In der ambulanten Ergotherapie werden Sie von der Therapeutin unterstützt und begleitet. Die Werke werden weder gewertet noch interpretiert. Eine Zusammenarbeit mit dem behandelnden Arzt wird angestrebt. Zur Optimierung der therapeutischen Behandlung können die Werke in der Supervision besprochen werden.

Bei akuter Suchtproblematik, Suizidalität oder akuten psychotischen Episoden entscheidet der behandelnde Arzt, ob eine ambulante Ergotherapie sinnvoll ist.

Ziele

- Sich selbst ausdrücken können
- Innere und äussere Vorgänge wahrnehmen
- Achtsamkeit und Sinneswahrnehmung fördern
- Eigene Kreativität und Fähigkeiten entwickeln
- Den Handlungsspielraum erweitern
- Verhaltensmuster erkennen
- Entscheidungsfähigkeit fördern
- Soziale Kompetenzen stärken

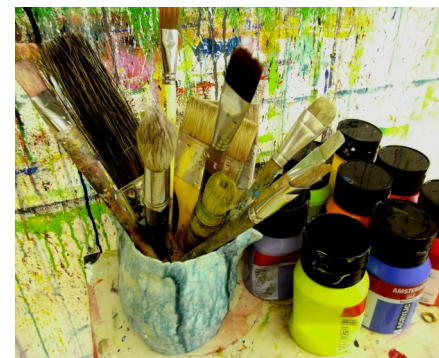
Therapiemethoden

Es wird mit kunsttherapeutischen Methoden gearbeitet. Kunsttherapie ist eine psychotherapeutische Methode mit gestalterischen Mitteln. Es wird prozessorientiert gearbeitet, d.h. nicht das Resultat, sondern der Entstehungsprozess eines Bildes oder Objektes steht im Vordergrund. Diese Therapieform macht sich die nonverbale Kommunikation zunutze, d.h. in den Bildern und Objekten können sich Themen zeigen, wo Worte fehlen oder noch nicht ausgesprochen werden können.

Angebote

Einzelstunde

Das kreative Gestalten findet in einem wertfreien Raum statt. Sie haben die Möglichkeit, mit Farben, Formen und verschiedenen Materialien zu experimentieren. Eigene Themen können betrachtet und verarbeitet sowie Gefühle und Empfindungen zum Ausdruck gebracht werden. Diese gesammelten Erfahrungen können in den Alltag integriert werden.



Gruppe

In dieser Gruppe können Sie Erfahrungen mit gestalterischen Mitteln machen und neue Techniken kennenlernen. Sie arbeiten frei oder unter thematischer Anleitung der Therapeutin. Im Vordergrund steht der Prozess, der durch das Gestalten entsteht. Dabei lernen Sie Ihre eigenen Muster erkennen. Ressourcen, Neues, Unbekanntes und Unbewusstes darf sich zeigen und erlaubt Ihnen neue Sichtweisen.

LOM

Das Lösungsorientierte Malen (LOM) bietet die Möglichkeit, gezielt Ängste, Sorgen, Verhaltensweisen und Belastungen jeder Art, die unser tägliches Leben erschweren, zu bearbeiten. Durch konkrete Umsetzung dieser Anliegen im Bild können sich Spannungen lösen und somit deutlich zu einer seelischen Entlastung beitragen. Ein Prozess der Verarbeitung, als auch der seelischen Heilung kann in Gang gesetzt werden. Gruppe und Einzel möglich.