

„Wir wollen klientenzentrierter sein“

PSYCHIATRISCHE ERGOTHERAPIE IM ZI IN MANNHEIM Die Ergotherapeuten des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit in Mannheim wollten ihren Klienten mehr als „nur“ Handwerk anbieten. Sie entwickelten Gruppenkonzepte, um auf die Alltagsprobleme von psychisch erkrankten Menschen einzugehen. Hier können Klienten üben, wie man sich schminkt, verabredet oder Sperrmüll entsorgt.

Ergotherapeut Johannes Greif steht am Flipchart mit einem Marker in der Hand. „Fällt Ihnen noch etwas ein, wie Sie Sympathie wecken können?“, fragt er in die Runde. Im Halbkreis sitzen zwei junge Männer und vier Frauen. Die sechs sind seit einiger Zeit stationär in der Erwachsenenpsychiatrie im Zentralinstitut für Seelische Gesundheit (ZI) in Mannheim. Sie haben eine akute Krise hinter sich und lernen wieder am Leben teilzuhaben. Heute steht das Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK) auf dem Plan. Hier trainieren sie Fertigkeiten im Umgang mit anderen Menschen. Dazu gehört es, eigene Rechte durchzusetzen, über die psychische Beeinträchtigung reden zu lernen, Beziehungen zu gestalten und „um Sympathie zu werben“ – Thema der heutigen Runde.

Das zentrale Angebot ➤ Auf dem Flipchart stehen „Lächeln“, „Zuhören“, „andere ausreden lassen“ und „Zustimmung“ als Stichpunkte. „Man darf nicht nur zustimmen, man muss auch ehrlich sein“, bemerkt eine Klientin: „So wissen die anderen, woran sie sind. Das weckt auch Sympathie.“ Ihr Einwurf sorgt für Diskussion – eine zweite Klientin sieht es anders. Ergotherapeut Johannes Greif schreibt es trotzdem auf: „ehrllich und offen“. Diskussionen lässt er zu. Er lenkt die Gruppe souverän und bespricht mit den Teilnehmern, was man dazu beitragen kann, um bei anderen sympathisch zu wirken.

Dann geht es ans Eingemachte: Rollenspiel. 14 fiktive Situationen stehen zur Auswahl. Hier sollen die Klienten um

Sympathie werben, um ein vorgegebenes Ziel zu erreichen. Zum Beispiel von einem Cafébesucher Tipps zum Ausgehen erhalten oder sich mit einem Kommilitonen verabreden. Drei Klienten wagen es. Sie werden auf Video aufgenommen und ihr Verhalten wird anschließend ausgewertet. Die restlichen Teilnehmer geben konstruktives und positives Feedback.

Das Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK) ist eines der effektivsten Angebote der Ergotherapie im ZI. Klienten kommen sogar ambulant zur Ergotherapie, um an einer GSK-Gruppe teilzunehmen.

Marco Heser, stellvertretender Leiter der Ergotherapie des ZI, war einer der Ersten, der das GSK in Mannheim startete: „Wir haben 2007 damit angefangen, als Modellprojekt auf einer neuen Station.“ Was er 2007 noch unter Leitung eines Neuropsychologen durchführte, ist jetzt in fester Hand der Ergotherapie. Insgesamt sechs GSK-Gruppen bietet sie an. Speziell geschulte Ergotherapeuten leiten das Training, unterstützt von einer Gesundheits- und Krankenpflegerin.

Die Ergotherapie denkt um ➤ Als das GSK eingeführt wurde, befand sich die Ergotherapie im ZI gerade in einer Umbruchphase. „Uns reichte es nicht mehr aus, dass wir nur für die Motivation unserer Klienten zuständig waren“, blickt Marco Heser zurück. Handwerkliche Gruppen waren

„Uns reichte es nicht mehr aus, dass wir nur für die Motivation unserer Klienten zuständig waren.“

Marco Heser

gang und gäbe, und der Wunsch kam auf, mehr anzubieten. Die Therapeuten wollten ihre Kompetenzen zielgerichteter für ihre Klienten einsetzen und den Behandlungserfolg mehr mitgestalten. Nur wie?

Die leitenden Ergotherapeuten, Walter Decker-Zachmann und Marco Heser, überlegten ein Konzept, das sie in drei Phasen einteilten: Motivationsphase, Förderungsphase und Stabilisierungsphase.

➔ ZENTRALINSTITUT FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT (ZI)

Zahlen rund um die Ergotherapie

- Das ZI hat 4 Kliniken mit 307 voll- und teilstationären Betten und Behandlungsplätzen. Es versorgt jährlich rund 3.000 Klienten stationär und 700 Klienten teilstationär.
- Jedem Klienten stehen täglich circa 2 Stunden Ergotherapie zu.
- Es gibt 21 Ergotherapeuten verteilt auf 17,5 Stellen.
- Auf Gruppen mit bis zu 8 Klienten kommt ein Ergotherapeut. Auf Gruppen mit bis zu 12 Klienten kommen zwei Therapeuten.



Wie beantragt man Sperrmüll? Warum kann es gut sein, sich zu schminken? Die Ergotherapeuten des ZI Mannheim haben ein Konzept entwickelt, um die individuellen Ziele von psychisch erkrankten Klienten aufgreifen zu können.

Motivationsphase > In der Motivationsphase geht es darum, den Klienten eine Struktur zu bieten und sie zu motivieren, an Aktivitäten teilzuhaben. Die Therapeuten versuchen, die Klienten über ihre Interessen zu motivieren und einen Zugang zu ihnen zu bekommen. Sie führen mit jedem Klienten ein Erstgespräch, zum Beispiel mit dem Erhebungsbogen Canadian Occupational Performance Measure (COPM), und vereinbaren individuelle Ziele.

Außerdem nehmen die Klienten an der jeweiligen ergotherapeutischen Eingangsgruppe ihrer Station teil. Diese kann unterschiedliche Schwerpunkte haben: Zum Beispiel kommen in der Eingangsgruppe im Suchtbereich kreative und handwerkliche Medien zum Einsatz. In der Erwachsenenpsychiatrie liegt der Schwerpunkt in der sozialen Interaktion. Es gibt Gesprächsrunden, Projektarbeiten oder Interaktionsübungen. Welche Aktivitäten durchgeführt werden, richtet sich nach den Wünschen der Klienten. So kann es darum gehen, Regeln im sozialen Miteinander einzuhalten. In der stationspezifischen Eingangsgruppe bleibt ein Klient bis zum Ende seines Aufenthaltes. Sie bietet einen festen Rahmen, der für viele wichtig ist.

Förderungsphase > In der Förderungsphase nimmt der Klient an einer weiteren, diesmal stationsübergreifenden Gruppe

teil. In welcher Gruppe ein Klient am ehesten seine Ziele erreichen kann, bespricht die Therapeutin mit ihm im Einzelgespräch. Das GSK bietet sich bei sozialen und interaktionellen Fragen an. Möchte jemand besser mit Stress umgehen und lernen, nicht jedem Gedanken nachzugehen, böte sich das Achtsamkeitstraining an. Weitere Angebote sind: Ernährungsmanagement, Skillsgruppe, Alltagstraining, Sport- und Outdoor-Gruppe und viele mehr.

„Nach der Finanzkrise hatten wir auf einmal vier Manager als Klienten. Denen konnten wir doch kein Bürotraining anbieten.“

Marco Heser

Wann ein Klient die Förderungsphase erreicht, ist nach Marco Hesers Erfahrung sehr unterschiedlich: „Manchmal dauert es drei Tage, manchmal drei Wochen. Das hängt immer vom Klienten und von seiner Diagnose ab.“ Es kommt vor, dass ein Mensch mit Depression die ersten Tage gar nichts machen kann und will. Er muss sich erst ganz langsam wieder an Aktivitäten herantasten.

Stabilisierungsphase > In der Stabilisierungsphase ist der Klient weitgehend psychisch stabil, und die Entlassung steht an. Jetzt geht es um eine sanfte Abnabelung vom beschützten stationären Setting. Eventuell folgt ein teilstationärer Aufenthalt oder ein bis zwei ambulante Besuche pro Woche. Auf Rezept können Klienten an Gruppenangeboten teilnehmen wie GSK, Achtsamkeitstraining, Fahrradwerkstatt oder Bürotraining.

In dieser Phase führen die Therapeuten mit jedem Klienten ein Abschlussgespräch zur Evaluation der Ziele. Da manche Klienten Veränderungen kaum wahrnehmen oder nicht wertschätzen können, hat sich das COPM als hilfreich erwiesen, um Veränderungen vor Augen zu führen.

Die Angebote sind auf die Klienten zugeschnitten > Mit dem Konzept der drei Phasen ging die sukzessive Erweiterung der ergotherapeutischen Gruppen einher – hin zu themenspezifischen und klientenzentrierten Angeboten. Für diese breite Auswahl erweiterten die Mannheimer Therapeuten ihre Kompetenzen in diversen Fortbildungen: Gruppentraining sozialer Kompetenzen nach Hinsch und Pflingsten (GSK), Dialektisch-Behaviorale Therapie, Ernährungsmanagement, Stressbewältigung durch Achtsamkeit, Metakognitives Training bei Schizophrenie etc.

Dass die Ergotherapeuten beim Konzeptionieren der verschiedenen Angebote auch viel Flexibilität und Einfallsreichtum an den Tag legten, beweist die Projektgruppe Digitale Fotografie. „Die Digitale Fotografie haben wir nach der Finanzkrise 2007 ins Leben gerufen“, erinnert sich Marco Hesel. Auf einen Schlag waren vier Manager als Klienten im ZI Mannheim. Und keines der damaligen Angebote passte so recht zu deren Wünschen und Vorstellungen. Einer der Klienten fotografierte in seiner Freizeit sehr gern. Dieses Hobby griff der zuständige Ergotherapeut auf. So entstand eine Projektgruppe, in der sich die Klienten Ideen überlegten und rausgingen, um bestimmte Motive zu fotografieren, zum Beispiel Müll in Mannheim, und ihre Bilder anschließend mit Photoshop bearbeiteten. Das Projekt besteht bis heute. Die Digitale Fotografie ist vor allem bei Akademikern, Piloten, Lehrern oder Managern beliebt.

Lernen, den Alltag zu bewältigen > Viele Klienten wollen ihren Alltag wieder selbstständig bewältigen, da sie durch die psychische Erkrankung letztendlich nicht mehr dazu in der Lage waren. Klienten, die Ziele im Bereich der Selbstversorgung und der Organisation des täglichen Lebens nennen, denen empfehlen die Ergotherapeuten oft die Gruppe „Alltagstraining“. Hier lernen die Teilnehmer, wie sie häusliche Aktivitäten planen, zum Beispiel Hauptmahlzeiten in den Tagesablauf einplanen, einkaufen gehen und Mahlzeiten zubereiten. Wie geht man mit wichtigen Formularen um? Wo kann man sich über Vereine informieren? Was muss man tun, wenn man Sperrmüll entsorgen möchte? Die Themen der Gruppe sind so vielfältig wie die Ziele der Teilnehmer. Die Klienten besprechen und erstellen eigene Wochenpläne und planen Aktivitäten im Haushalt. Bei Bedarf üben die Teilnehmer auch Behördengänge oder den Umgang mit Bus und Bahn.

Das Leben zurückerobern > Eine Gruppe, die die Ergotherapeuten ausschließlich für Frauen mit Posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS) konzipierten, heißt „Das Leben zurückerobern“. Frauen mit trau-

matischen Erlebnissen, die sich in übergroßer Kleidung verstecken, sich zurückziehen, entwerten und soziale Kontakte aufgeben, lernen hier, wie sie wieder für sich selbst sorgen, genießen und sich in ihrem Körper wohlfühlen können.

Kommunikation und Expositionsübungen sind wichtige Bestandteile des Angebots. Zum Beispiel bespricht die Ergotherapeutin mit den Klientinnen, wie man mit Komplimenten umgehen kann, oder sie zeigt durch angeleitete Handmassage, dass Körperpflege nicht allein der Grundhygiene dienen muss, sondern auch angenehme Aspekte haben kann. Eine Übung beinhaltet, dass sich die Teilnehmerinnen in der Klinik fotografieren, bevor sie ins Kaufhaus gehen, sich schicke Kleider anziehen oder schminken. Danach fotografieren sie sich erneut. Über das Erleben,

„Es gibt Klienten, die klar sagen, sie wollen basteln. Das dürfen sie auch.“

Marco Hesel

das Tun und Darüberreden können sich die Klientinnen neu entdecken und das Leben zurückerobern.

Basteln erlaubt > Dem Handwerk abgeschworen haben die Therapeuten trotzdem nicht. Es bestehen noch Gruppen wie „Freies Gestalten“ oder „Projektgruppe Ton“. Dank dieser Angebote entstehen kreative Gemeinschaftsprojekte. Außerdem ist Handwerk – gerade zu Beginn des Aufenthalts – eine Brücke, um den Schritt ins selbstbestimmte Leben zu wagen.

Marco Hesel erinnert sich, wie er mit einer Klientin im Eingangsgespräch Ziele anhand des COPM festlegte. Als es darum ging, ihre Ziele in einer passenden Gruppe anzugehen, wollte die Klientin lieber basteln. „Natürlich dürfen unsere Klienten frei gestalten“, betont der Ergotherapeut. „Wir bieten ja solche Gruppen an. Aber wir achten auf Maß und Ziel.“ Drei Wochen lang Seidentücher malen, diene kaum dem Rehabilitationsziel. „Wir begrenzen das,

indem wir Rahmenbedingungen festlegen: Welches Material? Welches Werkstück?“ Abschließend besprechen die Therapeuten mit den Klienten das Produkt und das weitere Vorgehen und schlagen erneut Gruppen vor, die sich ihrer Meinung nach für die Klienten und deren Ziele eignen.

Ein Konzept auf breiten Schultern > Die Rückmeldungen der Klienten bestätigen, dass der Weg richtig ist: In einer Evaluation gaben sie positive Rückmeldungen zu besprochenen Behandlungszielen, zur Betreuung und zu den Inhalten. Da eine große Nachfrage nach GSK-Gruppen und nach Achtsamkeitstraining bestand, weiteten die Ergotherapeuten diese Angebote auch auf ihre Ambulanz aus. Das bildet sich in den Zahlen ab: Im Jahr 2009 stieg der Zuwachs an Heilmittelverordnungen für die ergotherapeutische Ambulanz um 300 Prozent.

Das Konzept hat sich etabliert – auch außerhalb der Ergotherapie. „Ärzte besprechen mit uns, wann ein Klient noch in der Motivationsphase ist oder wann er in die Förderungsphase kommt“, freut sich Marco Hesel. Er sieht darin eine Wertschätzung von anderen Berufsgruppen. Auch die Ziele der Klienten kommen in den multiprofessionellen Teambesprechungen auf den Tisch und werden von allen Berufsgruppen aufgegriffen.

Alle Ergotherapeuten des ZI haben das Konzept mitgetragen. Sie waren offen für Veränderungen und spezialisierten sich in Fortbildungen. Dem Ziel, eine moderne Ergotherapie-Abteilung in der Psychiatrie aufzubauen und auf einen aktuellen, klientenzentrierten Stand zu bringen, kommen sie immer näher, ist sich Marco Hesel sicher. *Maria Czyganowski*



Maria Czyganowski ist Ergotherapeutin BSc und Redakteurin bei ergopraxis. Sie wollte mehr über das Konzept der Mannheimer Ergotherapeuten erfahren und fuhr für einen Tag ins ZI. Sie war beeindruckt, welchen Stellenwert sich

die Ergotherapie hier erarbeiten konnte.

maria.czyganowski@thieme.de