Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Marina Hißmann | Nadine Müller

LeBeWelt

Ein Handbuch zur Durchführung betätigungsorientierter Gruppen in der Psychiatrie

Schulz-Kirchner Verlag

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

Besuchen Sie uns im Internet: www.schulz-kirchner.de

1. Auflage 2019
ISBN 978-3-8248-1245-5
eISBN 978-3-8248-9946-3
Alle Rechte vorbehalten
© Schulz-Kirchner Verlag GmbH, 2019
Mollweg 2, D-65510 Idstein
Vertretungsberechtigte Geschäftsführer: Dr. Ullrich Schulz-Kirchner, Nicole Eitel, Martina Schulz-Kirchner
Fachlektorat: Thomas Leidag
Lektorat: Doris Zimmermann
Layout: Susanne Koch
Titelfoto oben: © fotolia.com – Thomas Söllner; Titelfoto unten: fotolia.com – yossarian6
Icons: © http://flaticon.com; Karton-Icon: flaticon.com – Anton Saputro; Liste-Icon: flaticon.com – Eleonor Wang; Glühbirne-Icon: flaticon.com – Gregor Cresnar
Druck und Bindung: medienHaus Plump, Rolandsecker Weg 33, 53619 Rheinbreitbach
Printed in Germany

Die Informationen in diesem Buch sind von den Autorinnen und dem Verlag sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Autorinnen bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes (§ 53 UrhG) ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar (§ 106 ff UrhG). Das gilt insbesondere für die Verbreitung, Vervielfältigungen, Übersetzungen, Verwendung von Abbildungen und Tabellen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung oder Verarbeitung in elektronischen Systemen.
Eine Nutzung über den privaten Gebrauch hinaus ist grundsätzlich kostenpflichtig.
Anfrage über: info@schulz-kirchner.de

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Marina Hißmann | Nadine Müller

LeBeWelt

Ein Handbuch zur Durchführung betätigungsorientierter Gruppen in der Psychiatrie

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Über die Autorinnen



Nadine Müller schloss 2006 ihr Studium der Sozialen Arbeit mit dem Diplom ab. Seit 2007 arbeitet sie im Sozialdienst des Fachbereichs Psychiatrie. Seit 2016 ist sie im Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) Behandlungszentrum West Salzkotten, einer Tagesklinik für Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen, tätig.

Marina Hißmann ist seit 2006 als Ergotherapeutin im Fachbereich Psychiatrie tätig. 2012 erhielt sie ihren Bachelorabschluss an der Hogeschool Zuyd in Heerlen. Seit 2016 arbeitet sie im Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) Behandlungszentrum West Salzkotten, einer Tagesklinik für Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Inhalt

Zu diesem Buch 7
1 Begriffsdefinitionen 8
2 Grundhaltung der Autorinnen 11
3 Rahmenbedingungen – oder was Sie vor der Durchführung wissen sollten 12
4 Hinweise zur Durchführung – wie Sie dieses Arbeitsbuch nutzen können 15
Literatur 16

Stichwortverzeichnis Lebenswelt 17
L 0 Themenfindung Lebenswelt 18
Anhang L 0 19
L 1a Tagesstruktur – Wochenplan 20
Anhang L 1a 21
L 1b Tagesstruktur – Prokrastination/Aufschieben 23
Anhang L 1b 24
L 2a Selbstwahrnehmung – Selbsteinschätzung . 25
Anhang L 2a 26
L 2b Achtsamkeit 30
L 3 Fremdwahrnehmung 31
L 4a Umgang mit (wenig) Geld – Party planen . . 32
L 4b Umgang mit (wenig) Geld – Was kostet das Leben? 33
Anhang L 4b 34
L 5 Kontakte knüpfen 36
Anhang L 5 37
L 6 Umgang mit der Erkrankung 39
Anhang L 6 40
L 7 Freizeitgestaltung 41
L 8a Mut – Alltagssituationen 42
Anhang L 8a 43
L 8b Mut – Debatte führen 44
Anhang L 8b 45
L 9 Wohngemeinschaft gründen 48
Anhang L 9 49
L 10 Einsame Insel 52
Anhang L 10 53
L 11 Infoveranstaltung 54
L 12 Externe Dienste einladen 55
L 13 Was-wäre-wenn-Spiel 56
Anhang L 13 57
L 14 Geschichte schreiben 60
L 15 a Rituale und Tradition 61
Anhang L 15a 62
L 15 b Schenken 63
Anhang L 15b 64

Stichwortverzeichnis Berufswelt 65
B 0 Themenfindung Berufswelt 66
Anhang B 0 67
B1 Bedeutung von Arbeit 68
Anhang B 1 69
B 2 Perspektivwechsel – fiktive Firma 71
Anhang B 2 72
B 3a Kommunikation – Bilder beschreiben 73
Anhang B 3a 74
B 3b Kommunikation – Lego bauen 76
B 3c Das 4-Ohren-Modell 77
Anhang B 3c 78
B 3d Betriebsanleitung schreiben 80
B 4 Umgang mit Kritik/kritisieren 81
Anhang B 4 82
B 5 Schriftliche Arbeitsanleitung 84
B 6 Unterschiedliche Berufe und ihre Anforderungen 85
Anhang B 6 86
B 7 Berufliche Orientierung 87
B 8a Selbsteinschätzung von Arbeitsfähigkeiten 88
B 8b Fremdeinschätzung von Arbeitsfähigkeiten 89
B 9 Ausgleich zur Arbeit 90
B 10 Infoveranstaltungen 91
B 11 Bewerbungstraining 92
B 12 Abschied vom Arbeitsplatz 93

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Genderhinweis
Zur besseren Lesbarkeit wird in diesem Buch vorwiegend die männliche Form bei Personen verwendet. Selbstverständlich sind stets alle Geschlechter gemeint.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Zu diesem Buch

„LeBeWelt" – das ist das Motto zu einer Reise, die wir, eine Ergotherapeutin und eine Sozialarbeiterin, mit unserer Arbeit in einer psychiatrischen Tagesklinik angetreten haben. Angetrieben wurden wir dabei von der Frage: Wie bekommen wir die Lebensrealität von Klienten in die Klinik, wenn wir nicht jeden Einzelnen in seinem persönlichen Lebensumfeld aufsuchen können?

Seit mittlerweile mehr als zwei Jahren gestalten wir gemeinsam Therapieangebote für psychisch erkrankte Erwachsene. Unsere besondere Aufmerksamkeit gilt dabei den Ansätzen der Klientenzentrierung und der Betätigungsorientierung.
Vor allem der Begriff der *Betätigungsorientierung* wird seit einiger Zeit in der Literatur, bei Fortbildungen sowie Kongressen thematisiert. Vielleicht geht es Ihnen ähnlich wie uns, dass Sie auf der Basis der Theorie Ihre Behandlungsangebote in der Praxis betätigungsorientierter gestalten wollen?

Aber wie soll das eigentlich gehen? Institutionen wie beispielsweise psychiatrische Fachkrankenhäuser, Tageskliniken oder Tagesstätten sind zunächst Schutzräume für Klienten, in denen sie sich größtenteils erst einmal von erlebten Überforderungen des Alltags distanzieren möchten. Und Betätigungsorientierung ist doch Lebensrealität pur! Und die Realität findet doch schließlich außerhalb der schützenden Mauern unserer Einrichtungen statt, oder? Stehen wir also vor einem Widerspruch?

Ganz sicher nicht! Die Zeit, die Klienten mit einer Behandlung in einer Einrichtung verbringen, ist ein Teil ihrer persönlichen Lebensrealität. Und diese Zeit kann anfänglich zur Entlastung genutzt werden. Nach einer Phase der Stabilisierung sollte es dann unsere gemeinsame Aufgabe sein, in die Zukunft zu schauen und herauszufinden, mit welchen Anforderungen die Klienten in absehbarer Zeit konfrontiert sein werden.
Wir sind davon überzeugt, dass Klienten eine langfristig wirksame gesundheitsfördernde Veränderung ihres Verhaltens oder ihrer Lebenssituation erarbeiten können, indem ihre Betätigungsprobleme so konkret und realitätsnah wie möglich thematisiert werden.

Doch die Strukturen in unseren Hilfeeinrichtungen wirken häufig starr und komplex. Viele Berufsgruppen mit jeweils individuellen Aufträgen von Klienten wollen in den Abläufen koordiniert werden und Vorgaben – zum Beispiel von Kostenträgern – müssen eingehalten werden. Da erscheint es meist sehr schwierig, konzeptionelle Veränderungen vorzunehmen. Trotzdem lohnt sich jeder Versuch!

Mit diesem Buch möchten wir Ihnen erste Anregungen zur Gestaltung eines betätigungsorientierten Behandlungsangebotes geben.
Bisher gibt es noch wenig Literatur und Konzepte sowie Arbeitsmaterial zu dem Thema Betätigungsorientierung in der Psychiatrie. Dies konnten wir bei der inhaltlichen Vorbereitung der jeweiligen Gruppeneinheiten selbst erfahren. Deshalb möchten wir Ihnen unser selbst erarbeitetes Material zur Verfügung zu stellen, um damit die Umsetzung einer betätigungsorientierten Grundhaltung in die Therapieangebote voranzutreiben.

Sie finden in diesem Buch Informationen zu zwei verschiedenen Gruppenkonzepten, die wir „Lebenswelt" und „Berufswelt" genannt haben. Es werden jeweils Interventionen beschrieben, die ganz unterschiedliche Betätigungsprobleme aus allen Lebensbereichen berücksichtigen.
Die Gruppeninterventionen sind davon geprägt, dass sich die Teilnehmer ihre Lösungen und Strategien selbst erarbeiten. Sie leben vor allem vom Miteinander und gegenseitigem Austausch der Klienten.
Wir möchten unsere bisherigen Erfahrungen mit Ihnen teilen und Ihnen Tipps geben, worauf Sie bei der Durchführung achten sollten.

Wir befinden uns selbst weiterhin auf der Reise und arbeiten stetig an der Vorbereitung von Interventionen, die dem Bedarf von Klienten gerecht werden. Wir freuen uns, wenn es uns gelingt, Ihnen für Ihre eigene Reise geeignetes Arbeitsmaterial zur Verfügung stellen zu können, das Sie für Ihre Zwecke anpassen und verwenden können.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg bei der Umsetzung und vor allem viel Freude bei Ihrer Arbeit mit diesem Buch!

Marina Hißmann | Nadine Müller

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

1 Begriffsdefinitionen

Die im Folgenden aufgeführten Begriffsdefinitionen dienen dazu, einige wichtige Kernbegriffe zu erläutern. Denn sie haben eine große Relevanz für uns als Initiatoren der Gruppeninterventionen, die in diesem Buch beschrieben werden. Über „Betätigungsorientierung", „Klientenzentrierung" und „multiprofessionelles Arbeiten" haben die meisten von Ihnen sicherlich schon den einen oder anderen Beitrag gelesen oder Sie haben davon gehört, denn in der Fachliteratur sowie bei Kongressen oder Fortbildungen begegnen uns diese Fachbegriffe mittlerweile regelmäßig.
In der Fachliteratur gibt es bereits diverse Definitionen und Beschreibungen von verschiedenen Experten aus unterschiedlichen Jahrzehnten und Nationen. Wir möchten Ihnen Erklärungen der Begriffe anbieten, um deren Bedeutung für unsere Gruppeninterventionen deutlich zu machen.

Betätigungsorientierung

Bevor die Betätigungs*orientierung* definiert werden kann, muss der Begriff *„Betätigung"* genauer betrachtet werden. Vor allem im Fachbereich der Ergotherapie fand in den letzten Jahren eine intensive Auseinandersetzung mit diesem Begriff statt. Deshalb sind auch in der ergotherapeutischen Literatur viele Hinweise auf eine Definition zu finden.

Im Berufsprofil Ergotherapie von 2004 wird Folgendes erläutert: *„Betätigung gehört zu den Grundbedürfnissen des Menschen und umfasst alles, was Menschen tun. Dazu gehören Tätigkeiten zur Versorgung der eigenen Person (Selbstversorgung), zum Genuss des Lebens (Freizeit) und als Beitrag zur sozialen und ökonomischen Entwicklung des Individuums und der Gemeinschaft (Produktivität). Bedeutungsvolle Betätigungen sind für den Menschen dadurch charakterisiert, dass sie zielgerichtet sind und als signifikant, sinnvoll und wertvoll für den Einzelnen empfunden werden."* (Miesen, Christopher & Mentrup, 2004, S. 158)

Auch die Systemtheorie, die als Bezugswissenschaft der Ergotherapie gilt, sieht einen Zusammenhang zwischen Betätigung und Gesundheit oder Wohlbefinden. *„Was Menschen innerhalb ihrer Betätigungen tun, formt sie zu den Personen, die sie in Zukunft sein werden. Somit ist Betätigung eine zentrale Kraft für Gesundheit, Wohlbefinden, Entwicklung und Veränderung."* (Kielhofner, Mentrup & Niehaus, 2004, S. 46)

Wir Autorinnen verstehen unter Betätigungsorientierung, dass wir unsere Behandlungsangebote nach den Betätigungsbedürfnissen der Teilnehmer ausrichten. Dies setzt voraus, dass wir Kenntnis davon haben, welche Betätigungen für diese Menschen bedeutungsvoll sind und in welchen Bereichen gewünschte Betätigungen als problematisch erscheinen oder aufgrund von Einschränkungen durch die Erkrankung nicht ausgeführt werden können. Damit verfolgen wir das Ziel, Teilnehmern wieder zu ermöglichen, den für sie bedeutungsvollen Betätigungen nachzugehen, darüber ein stärkeres Selbstwertgefühl zu entwickeln und an ihrer sozialen Umwelt teilhaben zu können.

Klientenzentrierung

Den Begriff der klientenzentrierten oder auch personenzentrierten Gesprächsführung entwickelte der US-amerikanische Psychologe Carl Rogers (1902–1987) bereits in den Jahren zwischen 1940 und 1950. Er prägte dafür den Begriff der ‚nicht-direktiven Beratung', bei der sich Patient und Therapeut gleichermaßen auf Augenhöhe begeben. Durch Selbstexploration sollte es den Patienten besser möglich sein, sich selbst wahrzunehmen und ihre Gefühlswelt zu reflektieren. Zu diesem Zeitpunkt ersetzte er außerdem den Begriff ‚Patient' durch die Bezeichnung ‚Klient', um eine neutrale Basis zu schaffen – weg von der Rolle eines behandlungsbedürftigen Objektes, die in der sogenannten ‚direktiven Beratung' vorherrschte. (Kreuziger, 2000)

Die Klientenzentrierung beschreibt eine bestimmte Haltung, die Hilfesuchenden von entsprechenden Fachkräften entgegengebracht wird.
Der Duden definiert ‚klientenzentriert' als *„den Klienten, die Bedürfnisse des Klienten in den Mittelpunkt stellend"*. (Duden online, 2018)
Man spricht in der beruflichen Praxis dann auch vom klientenzentrierten Ansatz. Der Nutzen dieser Haltung wird wie folgt beschrieben: *„Die Zentrierung auf den Menschen vor dem Hintergrund, dass er selbst am besten weiß, wer er*

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

ist, was für ihn von Bedeutung und wertvoll ist, was ihm zum Wohl gereicht, eröffnet die Chance, die subjektive Perspektive des Klienten umfassend wahrnehmen zu können. Den Patienten selbst identifizieren und entscheiden zu lassen, beispielsweise welche Betätigungen und Betätigungsbereiche er bei sich problembehaftet sieht, ermöglicht eine besser abgestimmte Zielfindung für ihn." (Priebe & Roleff-Corell, 2004, S. 122)

Klientenzentrierung ist mittlerweile fester Bestandteil des aktuellen ergotherapeutischen Paradigmas. „*Klientenzentrierte Praxis bedeutet, eine therapeutische Beziehung aufzubauen und mit unseren Klienten zusammen so zu arbeiten, dass deren eigene Sichtweise im Vordergrund steht. Das bedeutet, dass wir auf jeden Fall alles unternehmen müssen, um unsere Klienten zu verstehen und sie mit ihren eigenen Augen zu betrachten.*" (Fisher, 2018, S. 16)

Somit ist die Klientenzentrierung nicht nur eine Einstellung oder Haltung von Fachkräften, sondern eine Voraussetzung für die Anwendung betätigungsorientierter Angebote.

Weiterführende Literatur

Wenn Sie mehr über die Themen Betätigungsorientierung und Klientenzentrierung erfahren möchten, nutzen Sie zum Beispiel folgende Literatur:

Jenni, D. (2013). Recovery und Betätigungsorientierung in der akutpsychiatrischen Ergotherapie – Ist die Umsetzung möglich? (Bachelorarbeit). Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Schweiz.
Kielhofner, G. (2017). Model of Human Occupation – Theory and Application (5th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
Knuf, A. (2016). Basiswissen Empowerment und Recovery (5. Aufl.). Köln: Psychiatrie Verlag.
Kubny-Lüke, B. (2017). Ergotherapie im Arbeitsfeld Psychiatrie (3. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
Reichel, K. (2005). Ergotherapie systematisch beschreiben und erklären – das AOTA Framework als Beitrag zur Systematisierung der deutschen Ergotherapie. Idstein: Schulz-Kirchner.
Romein, E. (2010). Ein starkes Berufsprofil schafft Arbeitsplätze. Ergopraxis, 3(10), 30-33.
Scheepers-Assmus, C., Steding-Albrecht, U. & Jehn, P. (2015). Ergotherapie – Vom Behandeln zum Handeln (5. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
Sumsion, T. (1999). A study to determine a British occupational therapy definition of client-centered practice. British Journal of Occupational Therapy, 62(2), 52-58.

Multiprofessionelles Arbeiten

Multiprofessionelles Arbeiten bedeutet für uns, dass unterschiedliche Berufsgruppen ein Team bilden, um einen gemeinsamen Auftrag zu erfüllen. Verschiedene Fachrichtungen und Expertisen ergänzen sich, jeder leistet seinen Beitrag zur Erfüllung des Auftrags, indem er aus seiner eigenen Perspektive auf den zu unterstützenden Klienten schaut und seine eigenen Methoden und Behandlungsverfahren anwendet, die Teil der jeweiligen Fachausbildung sind.

Multiprofessionalität gibt es möglicherweise auch in Ihrer Einrichtung, in der Sie betätigungsorientierte Therapiegruppen anbieten oder anbieten wollen. Alle an der Behandlung beteiligten Fachkräfte beraten sich im Idealfall darüber, welcher Klient an welchen Therapieangeboten teilnehmen und davon profitieren könnte. Auch die Ermittlung des individuellen Unterstützungsbedarfs kann im Austausch mit anderen Berufsgruppen erfolgen. Ebenso können aus dem multiprofessionellen Team erste Hinweise auf mögliche bedeutungsvolle Betätigungen eines zukünftigen oder aktuellen Gruppenteilnehmers kommen.

In Bezug auf die betätigungsorientierten Gruppenangebote, die wir Ihnen vorstellen werden, stellt die Multiprofessionalität einen großen Vorteil dar. Wir haben selbst sehr gute Erfahrungen damit gemacht, die Gruppenangebote berufsgruppenübergreifend vorzubereiten und durchzuführen. Neben organisatorischen Vorteilen, auf die wir bei den Hinweisen zur Durchführung (siehe Kapitel 4) noch eingehen werden, bieten die jeweils unterschiedlichen Perspektiven der Berufsgruppen eine Bereicherung für die Wahl der Themen und für die konkrete Unterstützung der Teilnehmer bei der Durchführung der Gruppeninterventionen.

Als Beispiel für die multiprofessionelle Zusammenarbeit soll hier das Thema „Umgang mit Geld" angeführt werden. Ein *Ergotherapeut* hat ein großes Interesse daran, zu ergründen, welche Sichtweisen, Gewohnheiten oder Verhaltensweisen im Alltag des Klienten bestehen und wie es möglicherweise zu einem problematischen Umgang mit Geld kommt. Der Klient wird bei der Entdeckung von ungenutzten Ressourcen, bei der Nutzung von alterna-

tiven Handlungsstrategien unterstützt sowie bei der Implementierung von neu erlernten Denk- und Verhaltensweisen in seinen Alltag weiter begleitet.
Die Perspektive des Ergotherapeuten überschneidet sich hier mit der des *Sozialarbeiters,* denn auch diese Profession hat einen Blick auf die Art und Weise, wie der Umgang mit Geld erfolgt. Zusätzlich kann der Sozialarbeiter durch seine gute Vernetzung mit verschiedenen Hilfesystemen Anregungen geben und Anlaufstellen nennen, die Klienten mit finanziellen Problemen nutzen können. Eine Beratung im Einzelkontakt und eine Vermittlung an entsprechende Beratungsstellen oder Ämter können neben der Gruppenintervention erfolgen und weiterführende Hilfen können in die Wege geleitet werden.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

2 Grundhaltung der Autorinnen

„Man wirft den Menschen immer vor, dass sie ihre Mängel nicht erkennen. Noch weniger aber kennen sie ihre Stärken. Sie sind wie das Erdreich. In vielen Grundstücken sind Schätze verborgen, aber der Besitzer weiß nichts von ihnen."

Dieses Zitat (Lebensphilosophien, 2018) des irischen Schriftstellers und Satirikers Jonathan Swift 1667–1745 spiegelt ziemlich genau unsere Haltung gegenüber den Teilnehmern unserer Gruppen wider.

Die permanente Auseinandersetzung mit der eigenen Erkrankung, das Wissen um die Betätigungen, die gegenwärtig nicht mehr in gewohnter Weise ausgeübt werden können, sowie das Kreisen um die eigenen Unzulänglichkeiten zermürben die Teilnehmer. Es senkt ihr Selbstbewusstsein und isoliert sie häufig von der Außenwelt. Der erlebte Verlust von bedeutungsvollen Rollen und Betätigungen geht meist mit einer enormen Verminderung der Lebensqualität einher.

Ein ressourcen- und lösungsorientierter Ansatz für unsere Gruppen ist uns sehr wichtig. Die Teilnehmer werden als Experten für ihr Leben gesehen und als solche auch von uns behandelt. Jeder Einzelne bringt seine individuelle Lebensgeschichte mit, die uns interessiert. Es steht uns nicht zu, diese Lebensgeschichte zu bewerten, ebenso wenig wie es uns nicht zusteht, den Teilnehmern eine Meinung oder Ansicht aufzudrücken oder überzustülpen.

Unsere Aufgabe ist es, die Teilnehmer immer wieder zu ermutigen, die in den Gruppen erarbeiteten Strategien im Alltag anzuwenden und die dort gesammelten Erfahrungen mit in die Gruppen zu bringen. Die erarbeiteten Strategien aus den einzelnen Interventionen können, müssen aber nicht angewendet werden. Diese Strategien werden im besten Fall von den Teilnehmern selbst erarbeitet. Vorrangig geht es um einen Austausch innerhalb der Gruppe, bei dem jeder immer nur so viel von sich preisgibt, wie er selbst möchte, ohne zu etwas gezwungen zu werden.
Hierbei verstehen wir uns als Moderatoren, die wertschätzend nachfragen. Relativ häufig hören wir den Satz: *„Genauso geht es mir auch. Ich dachte, ich wäre der Einzige, dem es so geht."* Die Erkenntnis, nicht alleine diese Gefühle zu haben und in diesen Situationen zu sein, kann Prozesse bei den Teilnehmern in Gang setzen, die relativ schnell zu einer Verbesserung der Stimmung führen. Wichtig ist es dann, diese Veränderungen auch nachhaltig in den Alltag außerhalb der Therapie zu integrieren. Dies ist alles andere als einfach und erfordert neben viel Übung auch eine Menge Mut oder Überwindung seitens der Teilnehmer.

Die Teilnehmer sind zu Beginn sehr verunsichert und tun sich schwer, ihre Bedürfnisse zu äußern oder schämen sich, von Schwierigkeiten im Alltag zu berichten. Sie sind es nicht gewohnt, eigene Bedürfnisse mitzuteilen, signalisieren dies häufig verbal oder nonverbal. In solchen Situationen sind wir immer sehr dankbar, wenn es Teilnehmer gibt, die sich trauen und als „Eisbrecher" fungieren, indem sie sehr offen von ihren persönlichen Erlebnissen berichten.

Wir wollen erreichen, dass die Teilnehmer für das Leben nach oder außerhalb der Therapie vorbereitet sind. Wir wissen um die ambulante Situation, wie beispielsweise die langen Wartezeiten auf einen Psychotherapieplatz oder der bürokratische Aufwand für die Klienten. Es ist uns deshalb wichtig, den Teilnehmern nützliche Informationen für ihren Alltag an die Hand zu geben, notwendige Anträge noch vor der Beendigung des Aufenthalts in die Wege zu leiten oder Unterstützungsmöglichkeiten mit ins Boot zu holen. Aus unserem beruflichen Erfahrungshintergrund wissen wir, dass solche Unterstützungsangebote während der Behandlung nicht immer stattfinden und die Teilnehmer nach einer Behandlung plötzlich mit vielen offenen Fragen und Problemen konfrontiert sind. Das Fehlen eines Ansprechpartners steht häufig einer langfristig wirksamen gesundheitsfördernden Veränderung entgegen.
Um dies zu vermeiden, gestalten wir die Gruppeninterventionen multiprofessionell. Die Verschiedenheit der Berufsgruppen ermöglicht uns, auf unterschiedliche Netzwerke und Ressourcen zurückzugreifen oder in Einzelterminen sehr individuell und bedarfsorientiert zu arbeiten.

Zur Untermauerung unserer Grundhaltung möchten wir noch die US-amerikanische Psycho- und Familientherapeutin Virginia Satir (1916–1988) zitieren: *„In meiner Praxis und in meinem Leben stelle ich fest, dass Menschen, die sich selbst als Ganzheit erleben und das Gefühl besitzen, selbst etwas wert zu sein, fähig sind, mit allen Herausforderungen des Lebens in schöpferischer und angemessener Weise fertig zu werden. [...] Wachstum bedeutet, dass das Leben in beständiger Veränderung besteht, und es gibt keine Möglichkeit dies zu unterbinden."* (Systemisches Institut, 2018)

Ziel unserer Gruppenangebote ist es, die Teilnehmer ein Stück auf diesem Weg zu begleiten und zu befähigen.

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

3 Rahmenbedingungen – oder was Sie vor der Durchführung wissen sollten

Die beiden Gruppenangebote „Lebenswelt" und „Berufswelt" haben wir in unserer Einrichtung (allgemeinpsychiatrische Tagesklinik) erarbeitet. Sie sind Teil eines Therapiekonzepts, das ein multiprofessionelles Team (bestehend aus Pflegekräften, Psychotherapeuten, Ärzten, Ergo- und Bewegungstherapeuten, Sozialarbeitern und medizinischen Fachangestellten) vor der Eröffnung der Einrichtung gemeinsam aufgestellt und kontinuierlich weiterentwickelt hat.
In dem Konzept wollten wir der Entwicklung der Betätigungsorientierung in der Ergotherapie neben den eher funktionell orientierten Angeboten eine größere Rolle einräumen. Ziel war es, nicht nur über die Einzelarbeit in Gruppen individuell auf die Betätigungsprobleme der Klienten einzugehen, sondern in themenorientierten Gruppen ihre Lebenswirklichkeit selbst in den Mittelpunkt der Behandlung zu stellen. Wir wollten Gruppen ins Leben rufen, die vor allem vom Miteinander und gegenseitigem Austausch geprägt sind.
Seitdem deutlich wurde, wie sehr sich die ergotherapeutische Idee der Betätigungsorientierung mit den sozialarbeiterischen Themen und Aufgaben überschneidet, profitieren diese Gruppenangebote von der multiprofessionellen Struktur.
Hinter der Idee der Gruppenangebote steht die Überzeugung, dass Klienten nur dann eine langfristig wirksame gesundheitsfördernde Veränderung ihres Verhaltens oder ihrer Lebenssituation erwirken können, wenn die Probleme so konkret und realitätsnah wie möglich bearbeitet werden.

Die Gruppen „Lebenswelt" und „Berufswelt" finden jeweils einmal pro Woche statt und stehen inhaltlich zunächst einzeln für sich. Hinter dem Begriff „Lebenswelt" verbergen sich Alltagsthemen wie Tagesstruktur, Freizeitgestaltung, Umgang mit der Erkrankung, Kontakte gestalten, Umgang mit Geld und Informationen zu weiterführenden ambulanten Hilfesystemen.

Die „Berufswelt" wird unserer Erfahrung nach außerhalb von Einzelkontakten nur selten in den anderen psychoedukativen Gruppen thematisiert. Deshalb erhalten die Teilnehmer hier die Gelegenheit, sich über berufliche Erfahrungen auszutauschen und gemeinsam eine Zukunftsperspektive zu entwickeln. Themen sind unter anderem die Bedeutung von Arbeit, der Umgang mit der Erkrankung am Arbeitsplatz, Bewerbungstraining, Erkennen von Stärken sowie Informationen zu möglichen Rehabilitationsmaßnahmen und weiteren Hilfen nach der Zeit der (teilstationären) Behandlung.

Bevor wir auf die praktische Anwendung unseres Konzepts eingehen, möchten wir Sie an der Reflexion von sinnvollen Rahmenbedingungen für die Gruppen „Lebenswelt" und „Berufswelt" teilhaben lassen.

Institutionelle Strukturen

Unsere Erfahrungswerte beziehen sich in diesem Fall auf die Durchführung der Interventionen in einer Tagesklinik. Wir sind aber sicher, dass das Konzept ebenso erfolgreich in anderen Einrichtungen wie Kliniken, Rehabilitationszentren, Tagesfördereinrichtungen, Wohngruppen oder Praxen eingesetzt werden kann. Ziel der jeweiligen Gruppeninterventionen ist es, eine verbesserte Lebensbewältigung der Teilnehmer zu erreichen. Um einschätzen zu können, ob ein Teilnehmer von einer Intervention profitieren kann, müssen Informationen zur aktuellen Lebenssituation vorliegen. Eine Motivation zur Mitarbeit kann bei dem Teilnehmer nur dann geweckt werden, wenn die Person das gewählte Thema als relevant und bedeutsam für sich beurteilt. Je nach Institution und Arbeitsumgebung, in der das Konzept angewendet werden soll, kann auf das multiprofessionelle Team zurückgegriffen werden oder es können einrichtungsinterne Assessments genutzt werden, um an entsprechende Informationen zu kommen.
In größeren Institutionen kann meist das multiprofessionelle Team genutzt werden, das regelmäßig und in verschiedenen Rollen Kontakt zu den geplanten Teilnehmern hat. So werden zum Beispiel in einer multiprofessionellen Verlaufskonferenz Informationen aus Aufnahme- und Einzelgesprächen von Bezugspersonen und Auftraggebern zusammengetragen. Berufsgruppen wie Ärzte, Psychologen, Pflegekräfte, Sport-, Musik- und Ergotherapeuten sowie Sozialarbeiter kommen hier zusammen. Nachdem im Idealfall der Auftrag eines Klienten oder seiner Angehörigen vorliegt, kann über die mögliche Teilnahme an den Gruppen „Lebenswelt" und „Berufswelt" beraten werden. Oft werden hierbei bereits erste Hinweise auf mögliche schwierige Lebensumstände oder Betätigungsprobleme deutlich. Innerhalb der Ergotherapie können darüber hinaus in Einzelgesprächen und mit

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

verschiedenen Assessments die Betätigungsprobleme genauer erhoben werden. Ebenso wenden sich Klienten häufig mit schwierigen Lebensumständen an die Sozialarbeiter, um erste individuelle Lösungswege zu erarbeiten. Im ambulanten Setting gibt es möglicherweise einen verordnenden Arzt, der einen Auftrag an den Ergotherapeuten richtet. Ansonsten sollte auch hier über Einzelgespräche und Assessments die individuelle Lebenssituation erhoben werden, aus der dann ein Auftrag für die Gruppeninterventionen entstehen kann. Nur so sind aus unserer Sicht eine Klientenzentrierung und die Voraussetzung für einen erfolgreichen Verlauf der Interventionen gegeben.

Alles bedacht?

Im Folgenden wollen wir Ihnen ein paar Tipps geben, wie eine Gruppe gut funktionieren kann. Die Liste hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit und ist aus unseren Erfahrungswerten entstanden.

- **Gewusst wie!**

Erfahrungen mit Gruppenarbeit wären super, sind aber nicht zwingend nötig. Schließlich hat ja jeder einmal angefangen. Wichtig ist aber, dass Sie wissen, dass Sie die Zügel in der Hand haben sollten. Sie sind der Moderator und haben neben hoffentlich jeder Menge Freude auch die Aufgabe, alle Teilnehmer im Blick zu haben und durch die Gruppenintervention zu führen.

- **Wundertüte!**

Zum Glück sind wir Menschen alle unterschiedlich. Innerhalb einer Gruppe kann das zu einem regen Austausch und jeder Menge Inspiration führen. Kann! Es kann aber auch mal schwierig werden, weil sehr kontroverse Meinungen aufeinanderprallen. Bedenken Sie dies vorher und seien Sie darauf gefasst! Gerade bei unterschiedlichen Erkrankungsbildern können Sie plötzlich ins Schwimmen geraten. Vielleicht gibt es die Möglichkeit, zwei Gruppen anzubieten, in die Sie im Vorfeld die Teilnehmer passend einteilen können? Herzlichen Glückwunsch! Wenn nicht, ist Ihre Gesprächskompetenz gefragt!

- **Weiß ich Bescheid?**

Sie wissen, welche Teilnehmer in Ihrer Gruppe sitzen, kennen die Diagnose? Super! Aber noch viel wichtiger ist es, zu wissen, warum sie bei Ihnen sitzen. Schließlich haben Sie ja ein Ziel vor Augen, Lebensbewältigung als Fern- und den Weg dorthin zu ebnen als Nahziel. Holen Sie sich so viele Informationen im Vorfeld wie möglich!

- **Seien Sie flexibel!**

Nicht jede Einheit verläuft nach Plan. Behalten Sie Ihre Zielsetzung für die Einheit im Blick, aber nicht um jeden Preis. Nehmen Sie Wünsche und Bedürfnisse der Teilnehmer wahr, entstehen lebhafte und konstruktive Diskussionen zu einem bestimmten Punkt? Freuen Sie sich und machen Sie zwei Einheiten aus einer! Haben Sie den Eindruck, dass bei einer Einheit bereits alles gesagt ist? Dann ziehen Sie nichts künstlich in die Länge.

- **Ein Strauß voll Möglichkeiten!**

Nutzen Sie das Potenzial der Teilnehmer zur Gestaltung der Einheiten. Sie sind es, die etwas erreichen möchten, oder wissen zumindest, was gerade gar nicht gut klappt. Es gibt sehr viele unterschiedliche Methoden, um herauszufinden, welche Themen die Teilnehmer gerade besonders beschäftigen. Schauen Sie sich hierzu auch die Interventionen L 0 und B 0 an!

- **Thema steht?**

Kennen Sie die unterschiedlichen Themenbereiche bereits, machen Sie es sich beim Vorbereiten nicht so schwer! Sie wissen, wer dort sitzt und welche Probleme es im Alltag gibt. Nutzen Sie dieses Wissen, um gezielt nachzufragen. Formulieren Sie aber möglichst allgemein, sodass sich niemand persönlich vorgeführt fühlt. Im besten Fall sagt ein Teilnehmer: *„Das ist ja genau das, was mich gerade beschäftigt!"* Alles richtiggemacht! Weiter so!

- **Wo sind denn alle?**

Nicht immer kommen auch alle, die angemeldet sind. Dies kann die unterschiedlichsten Gründe haben, vielleicht weiß ein anderer Teilnehmer dazu etwas Näheres? Wenn nicht, können Sie es in der Situation nicht ändern, es liegt in der Verantwortung der Teilnehmer, nicht in Ihrer! Hilfreich können in diesem Fall gemeinsame Gruppenregeln sein, die Sie vielleicht sowieso schon in der Einrichtung haben!

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

- **Was ist los?**

Plötzlich steht ein Teilnehmer auf und geht? Das passiert immer mal wieder. Prima, wenn Sie zu zweit sind und einer hinterhergehen kann. Wenn nicht, sollten Sie sich nicht aus dem Konzept bringen lassen. Es wird sicher im Anschluss an die Einheit die Möglichkeit geben, den Teilnehmer unter vier Augen zu sprechen.

- **Wer ist denn das?**

Bei uns gibt es immer mal wieder ambulante Teilnehmer in den Gruppen. Häufig kennen sich die Teilnehmer noch untereinander, manchmal aber auch nicht! Stellen Sie die Teilnehmer vor, sodass es nicht zu Irritationen führt.

- **Der Ort des Geschehens.**

Wissen Sie, in welchem Raum Sie das Gruppenangebot durchführen? Haben Sie dort genug Platz für alle? Benötigen Sie für eine Einheit bestimmtes Material? Können Sie das Angebot ungestört durchführen? Machen Sie sich im Vorfeld darüber Gedanken und bereiten Sie alles vor, kalkulieren Sie dies bitte auch in Ihrem Arbeitsalltag ein. Aus eigener Erfahrung können wir nur sagen, dass eine gute Vorbereitung den eigenen Stresspegel immens senkt! Mit dem Herzschlag eines Meerschweinchens halbwegs professionell eine Gruppe zu starten ist sportlich!

- **„Selektive Authentizität" Hm?**

Klingt komisch, ist aber ganz einfach. Seien Sie ein Mensch. Auch Sie haben in Ihrem Leben schon jede Menge Erfahrungen gesammelt und nicht immer auf der Sonnenseite gestanden. Gewähren Sie Einblicke in Ihr Leben, aber bitte nicht zu persönlich. Schon Kleinigkeiten können wie ein magischer Türöffner wirken.

- **Kann ich nichts mit anfangen!**

Klar kann es passieren, dass ein Teilnehmer (im besten Fall nach der Intervention, im schlimmsten Fall währenddessen) deutlich macht, dass er dem Gruppenangebot nichts abgewinnen kann. Nehmen Sie dies nicht persönlich, es sei denn, er sagt dies. Sie werden niemals alle Teilnehmer zu 100 % erreichen und zufriedenstellen können. Es sollte niemand zu einer Teilnahme gezwungen werden. Besprechen Sie die Situation gemeinsam mit dem Teilnehmer und im Idealfall auch gemeinsam mit den Bezugstherapeuten!

- **Wer mit wem?**

Dass wir diesen Punkt ans Ende setzen, ist Zufall. Oder auch nicht? Überlegen Sie sich, mit wem Sie die Gruppenangebote zusammen durchführen könnten. Im besten Fall klappt es super, man versteht sich ohne Worte und muss sich nicht mühsam einen Ablauf ausdenken, der nachher eh wieder verworfen wird. Die gleiche Haltung den Teilnehmern gegenüber ist eine absolute Voraussetzung für das Gelingen, und Konkurrenzdenken untereinander ist absolutes Tabu!

Urheberrechtlich geschütztes Material. Copyright: Schulz-Kirchner Verlag, Idstein. Vervielfältigungen jeglicher Art nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlags gegen Entgelt möglich. info@schulz-kirchner.de

4 Hinweise zur Durchführung – wie Sie dieses Arbeitsbuch nutzen können

Dieses Buch dient als Hilfestellung oder Anregung, wenn Sie an Ihrem Arbeitsplatz betätigungsorientierte Interventionen anbieten wollen. Möglicherweise sind in Ihren Einrichtungen bereits Gruppenangebote installiert, in denen Sie themenbezogen arbeiten, und Sie suchen nach Ideen für die inhaltliche Gestaltung dieser Gruppen. Auf den folgenden Seiten finden Sie Materialien für die Umsetzung eines betätigungsorientierten Konzepts.

In den Abschnitten „Lebenswelt" und „Berufswelt" finden Sie jeweils musterhafte Beispiele für Gruppeneinheiten zu verschiedenen Themen. Sie folgen alle einem einheitlichen Schema: Zunächst werden die Zielsetzungen beschrieben und danach der mögliche Ablauf der Einheit. Im Anschluss daran wird das benötigte Material aufgelistet. Die entsprechenden Kopiervorlagen sind jeweils beigefügt.

Für die Durchführung ist immer ein Zeitraum von etwa 50 Minuten notwendig. Das Material ist so aufbereitet, dass Sie nur eine kurze Vorbereitungszeit aufwenden müssen, um es anwenden zu können. Es empfiehlt sich, das Material zu laminieren, um es lange zu erhalten und es ohne erneute Vorbereitungszeit wieder einsetzen zu können.

Noch ein Hinweis zu den Themen: Die aufgeführten Gruppeneinheiten sind ausschließlich als Vorschläge zu verstehen. Das bedeutet, dass weder die Abläufe noch die Materialien eins zu eins verwendet werden müssen. Eine Anpassung der aufgeführten Beispielsituationen oder Vorgehensweisen ist insbesondere dann sinnvoll, wenn sie nicht den bedeutungsvollen Betätigungen oder den Lebenssituationen der Teilnehmer entsprechen. Orientieren Sie sich, wenn Sie das Material auswählen, an den Bedürfnissen der Teilnehmer und an den Kenntnissen, die Sie über diese haben.

Einsatz und Anwendung der Gruppeneinheiten sind nicht an die Reihenfolge gebunden, in der die Themen im Folgenden angegeben sind. Die Einheiten stehen für sich und bauen nicht zwangsläufig aufeinander auf. Die Wahl eines Themas für die nächste geplante Gruppeneinheit sollte immer von den Anliegen der Teilnehmer abhängig gemacht werden. Achten Sie nicht nur darauf, dass das Thema für den Großteil der Teilnehmergruppe relevant ist, sondern auch darauf, ob benötigte soziale und kognitive Fähigkeiten vorhanden sind. Ein Mindestmaß an emotionaler Stabilität bei den Personen sollte gegeben sein. Nutzen Sie nach mehreren intensiven und emotional belastenden Themen die Möglichkeit, auflockernde Interventionen, die die Fantasie und Ressourcen anregen, durchzuführen (wie z. B. L 13 oder L 14). Nutzen Sie für eine leichtere Themenauswahl auch die Stichwortverzeichnisse jeweils vor den Interventionen.

Für allgemeine Hinweise und Tipps zur Durchführung der Interventionen und empfohlenen Rahmenbedingungen beachten Sie bitte auch das Kapitel 3.