

Psikozların ve bipolar bozukluklar için psikososyal terapiler ERGO TERAPİ

Ergo terapi iki bölümden oluşur: Meşguliyet terapisi ve iş terapisi. Meşguliyet terapisi, ruh hastalarına, ruhsal sağlıklarını yaratıcı ve sanatsal tekniklerle ve yaşam pratiği alıştırmaları ile (örneğin yemek pişirme grupları, ev ziyaretleri) iyileştirme çabalarında yardımcı olmayı amaçlar. Bu yöntemle hastanın mevcut güçleri korunmaya veya kişisel inisiyatifinin kaybolmamasına çalışılır. Öncelikli amaç sağlıklı boyutların güçlendirilmesidir. Sunulan teknikler, malzemeler ve araçlarla (örneğin kil, ahşap, metal, hintkamışı, sanatsal araçlar, müzik, edebiyat) aktif faaliyet ve uygulama denemeleri kendine güveni artırır ve günlük yaşamın getirdiği zorlukların üstesinden gelinmesine yardımcı olur. Kişiyi özgü düşünceler geliştirilir ve gerçekleştirilir. Ayrıca; kişinin kendi çalışma ve davranış tarzına eleştirel yaklaşım, hastaların kendi olanakları çerçevesinde kendilerini gerçekçi biçimde değerlendirmelerine yardımcı olur. Kendini ifade etme merkezli gruplar (örneğin okuma grubu, resim ve müzik grupları) kendini ifade etme ve başkalarıyla ilişkiye geçme olanağı sunar. Bu yolla meşguliyet terapisi çerçevesinde konsantrasyon, hafıza, dayanıklılık ve ifade yeteneği alıştırmaları da yapılabilir. Meşguliyet terapisi kişinin kendi yaşamını tekrar kendi ellerine alma motivasyonu sağlar. Psikoza bağlı olarak bazı temel davranış normları kaybedilmişse, somut görevlendirmeler ve bazı etkinliklerin birlikte planlanarak uygulanması iç yapının tekrar canlandırılmasına katkıda bulunur. Ergo terapi tek kişi veya grup terapisi halinde uygulanabilir. Bu terapi yatılı olarak, kısmen ayakta veya özel ambulanslarda veya ergo terapi muayenehanelerinde uygulanabilir. Ergo terapi sağlık sigortaları tarafından tanınan bir terapi yöntemidir. Ev hekimi veya psikiyatr öngördüğünde giderler sağlık sigortası tarafından karşılanır

Metin: Ute Wurmstädt'ten uyarlanmıştır

Kaynak: Fritz-Michael Sadre Chirazi-Stark, Fritz Bremer, Ingeborg Esterer: Wege aus dem Wahnsinn. Therapien, Begleitung, Selbsthilfe bei psychotischen Erkrankungen. Aktualisierte und erweiterte Neuauflage, Psychiatrie - Verlag, Bonn 2002, Almanya. (Akıl hastalığından kurtulma yolları: Terapiler, refakat, psikotik hastalıklarda kendi kendine yardım. Güncelleştirilmiş ve genişletilmiş yeni basım. Psychiatrie-Verlag, Bonn 2002, Almanya)