

Information zu den Gruppentherapien Tagesklinik Kronach

Prozess:

Version:

Gültig ab:

Resilienztraining

Hier soll die allgemeine Fähigkeit gefördert werden, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen. Es setzt sich zusammen aus den Bereichen Stressbewältigung, Entspannungstechniken und Achtsamkeit.

Therapeut: Sozialdienst

Training sozialer Kompetenzen

Hier sollen Strategien entwickelt und erlernt werden, um Krisen- und Konfliktsituationen durch sozial akzeptierte Verhaltensweisen bewältigen zu können. Soziale Kompetenzen helfen dabei, mit anderen in Verbindung zu treten, zu interagieren und wirkungsvoll zu kommunizieren.

Themen sind unter anderem: Selbstsicherheit, Umgang mit Lob und Kritik, Stärken und Schwächen, „Nein“ sagen.

Therapeut: Sozialdienst

Eduktion: Schlaf und Tagesstruktur

Zeigt Strategien für die Umsetzung einer gesunden Schlafhygiene und Tagesstruktur auf. Themen sind unter anderem: Schlafhygiene, Umgang mit Schlafstörungen, Nächtliches Grübeln.

Therapeut: Sozialdienst

Kognitives Training

Soll Konzentration und Merkfähigkeit fördern und erhalten. Wird teilweise angeleitet und zum Teil in Eigenverantwortung durchgeführt.

Therapeut: Sozialdienst, Pflege, Ergo, teilweise eigenverantwortlich

Entspannung

Soll die Möglichkeit geben unterschiedliche Entspannungsmethoden auszuprobieren und auch einzuüben.

Erfolgt eigenverantwortlich über verschiedene Medien (z.B. CD).

Ergotherapie

Hier liegt der Fokus auf dem Training alltagsrelevanter Fähigkeiten und der Schaffung von Erfolgserlebnissen. Durch die Möglichkeit, sich mit verschiedenen Materialien und Techniken zu beschäftigen, werden verschiedene Aspekte einer sinnvollen Tagesstruktur aufgezeigt und vorhandene Ressourcen gefördert.

Gearbeitet werden kann unter anderem mit Ton, Peddigrohr, Holz und Farben

Therapeut: Ergo

Bewegungstherapie und Gesundheitsfürsorge

Sie soll einen Ausgleich schaffen und Möglichkeiten des Stressabbaus durch aktive Bewegung aufzeigen. Ist kombiniert mit Aspekten der Gesundheitsfürsorge.

Therapeut: Physiotherapeut

Information zu den Gruppentherapien Tagesklinik Kronach

Prozess:

Version:

Gültig ab:

Bewegung

Spaziergänge, je nach Möglichkeiten und Wetterlage. Kann auch eigenverantwortlich durchgeführt werden.

Therapeut: Sozialdienst, Pflege, Ergo

Akupunktur:

Zum Ausgleich und zur Entspannung.

Weitere Informationen entnehmen sie dem Flyer und dem Informationsbogen, welche Sie in Ihrer Informationsmappe bei Aufnahme erhalten.

Therapeut: Pflege

Interaktionsgruppe

Hier sollen vor allem das Miteinander in der Gruppe und die sozialen Fähigkeiten gefördert werden.

Therapeut: Ergo, Sozialdienst

Edukationsgruppe: Pflege

Hier werden vor allem alltagstaugliche Lösungen angeboten, um mit auftretenden Spannungszuständen adäquat umzugehen und Ziele so zu gestalten und zu strukturieren, damit diese machbarer werden und weniger Stress auslösen.

Themen sind unter anderem: Grundlagenwissen für die Gestaltung von Zielen, Skills, „Notfallkoffer“.

Therapeut: Pflege

Psychoedukation

Vorrangig geht es darum, die Erkrankung kennenzulernen und sich Wissen über Entstehung, Dynamik und Behandlungsmethoden anzueignen. Auch der Umgang mit der Erkrankung, sowie das Erkennen von Frühsymptomen werden erarbeitet.

Therapeut: Arzt, Sozialdienst, Pflege

Psychotherapeutische Gruppe (PT-Gruppe)

In der gruppendynamischen Arbeit erfahren die Gruppenmitglieder über Reflexion und Feedback aus der Gruppe Unterstützung im Verständnis und der Bearbeitung eigener Konfliktfelder.

Therapeut: Psychologin

Lebenspraktisches Training

Hat den Fokus auf der Förderung von Tagesstruktur und den Erhalt bzw. die Förderung von alltäglichen Ressourcen.

Therapeut: Pflege, Sozialdienst, Ergo

Kochgruppe

Hier geht's um das gemeinsame Kochen. Dies soll die Gruppendynamik und den Zusammenhalt fördern.

Information zu den Gruppentherapien Tagesklinik Kronach

Prozess:

Version:

Gültig ab:

Freizeitgestaltung

Der Fokus liegt vor allem darauf, Freizeit sinnvoll zu planen und die geplanten Aktivitäten auch durchzuführen. Während der Stationsversammlung wird eine entsprechende Liste ausgefüllt in denen sich jeder mit der geplanten Aktivität einträgt.

Beispiele für Beschäftigung: Spiele, lesen, Bewegung, Handarbeiten, etc.

Wird in Eigenregie durchgeführt, kann in der Gruppe oder jeder für sich ausgeführt werden.

Kompetenzzeit

Ist ein festgelegter Zeitraum um organisatorische Angelegenheiten zu regeln oder „Hausaufgaben“ der diversen Therapeuten zu erledigen. Hierfür wird eine Liste ausgehängt wo die Aufgaben festgelegt und abgehakt werden.

Dazu gehören bürokratische Aufgaben (Transportscheine, Bescheinigungen), Anliegen an den Sozialdienst, Ausfüllen von Fragebögen oder Anträgen, Telefonate mit Ämtern oder ambulanten Therapeuten zur Terminvereinbarung, etc.

Wird eigenverantwortlich durchgeführt.

Patientenversammlung

Einmal wöchentlich besprechen die Patienten organisatorische Punkte, wie die Verteilung der Stationsdienste, Koch- und Einkaufsteams, sowie Probleme, Wünsche, Anregungen und Verbesserungsvorschläge.

Hier wird auch geplant was in den folgenden Freizeitgruppen jeder für sich oder in Kleingruppen unternehmen möchte und in die Liste eingetragen.

Wird eigenverantwortlich durchgeführt

Morgen- und Abschlussrunden

Geben einen Überblick zum aktuellen Stand. Es werden organisatorische Dinge kurz besprochen (z.B. Änderungen im Tagesplan) und es bietet Raum für Fragen.

Therapeuten: Ergo, Sozialdienst, Pflege

Wochenendplanung und Wochenendrückblick

Freitags soll das Wochenende strukturiert geplant werden. Aktivitäten sollten gut verteilt und ausgewogen sein. Es soll auch darauf geachtet werden Zeit für sich und zur Erholung einzuplanen.

Am Montag im Wochenendrückblick wird das Wochenende nachbesprochen, es soll reflektiert werden, was gut war oder wo Verbesserungspotential besteht. Es können auch aufgetretene Probleme nachbesprochen werden.

Therapeuten: Ergo, Sozialdienst, Pflege

Pflegevisite

Einzelgespräch mit der Bezugspflege, Ausgabe der Medikamente. Zeit um aktuelle Situation zu besprechen und Anliegen zu klären.

Therapeuten: Pflege