

Activiteitentherapie

Psychiatrie

Inleiding

Tijdens uw opname op de afdeling Psychiatrie neemt u deel aan de activiteitentherapie. Observaties vanuit de activiteitentherapie dragen bij aan uw behandeling en diagnostiek. De activiteitentherapie is een onderdeel van het multidisciplinaire behandelteam. Binnen deze therapie zijn creatieve activiteiten het middel om u gedurende uw opname te ondersteunen en veranderingen in uw situatie op gang te brengen. Het is mogelijk om samen met de activiteitentherapeut problemen te signaleren, vaardigheden aan te leren en inzicht te krijgen in uw situatie.



Wat is activiteitentherapie en wat kunnen we voor u betekenen?

Binnen de activiteitentherapie werkt u door middel van een creatieve activiteit aan uw persoonlijke doelen. De activiteiten kunnen ontspannend, structurerend of inzicht gevend zijn. Deze therapie wordt gegeven in een groep. De nadruk ligt op het 'doen' van creatieve activiteiten, waarbij individuele- en / of groepsdoelen worden nagestreefd. Contact hebben met anderen, door samen creatief bezig te zijn, is een belangrijk aspect van activiteitentherapie. De mogelijkheid is er om (h)erkenning te vinden bij elkaar en gedachten en gevoelens te delen. Het gericht werken aan een activiteit kan een goede ontspanning zijn, een manier om uw gedachten op iets anders te richten of nieuwe ervaringen op te doen. Daarnaast kan de therapie zich ook richten op het bieden van ondersteuning bij het creëren van activiteiten in de thuissituatie.



Werken aan

Afhankelijk van uw problematiek en persoonlijke doelen kunt u tijdens de activiteitentherapie o.a. werken aan:

- het verbeteren van uw concentratie;
- het (her)ontdekken en ontwikkelen van vaardigheden;



- het oefenen met plannen en overzicht houden;
- het behouden en vergroten van uw zelfstandigheid;
- het vinden van balans tussen rust en activiteit;
- het vergroten van uw doorzettingsvermogen;
- het zicht krijgen op uw behoeftes;
- onderzoeken van mogelijkheden ten aanzien van dagbesteding.

Activiteitentherapie vindt meestal plaats in therapiegroepen. Waar nodig kan dit ook individueel gegeven worden.

Belangrijke contactgegevens

- polikliniek Psychiatrie, route B43, telefoon (053) 4 87 28 60.

Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de behandelend arts of verpleegkundige dan om nadere uitleg.