

Vorteile von Ergotherapie bei ambulanter Psychotherapie

Ergotherapie unterstützt Patienten mit dem Ziel der verbesserten Alltagsbewältigung. Mögliche Anwendungsbeispiele sind die Motivation zur Stabilisierung der Selbstständigkeit in der Tagesstrukturierung, die Besserung von Belastbarkeit, Antrieb und Ausdauer. Durch die Therapie von Fähigkeitsstörungen, bedingt durch neuropsychologischen Hirnfunktionsstörungen, kann die aktive Teilhabe am Leben verfolgt werden, z. B. die weitgehend eigenständige Selbstversorgung oder das Zurückerlangen von Fähigkeiten wie dem selbstständigen Ankleiden oder dem Nachgehen von Tagesroutinen. Die Grob- und Feinmotorik sowie die eigene Körperwahrnehmung, die durch krankheitsbedingte Störungen eingeschränkt wurde, lässt sich über die sensomotorisch-perzeptive Behandlung verbessern.

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten dürfen Ergotherapie verordnen

Seit Jahresbeginn 2021 dürfen Vertragspsychotherapeutinnen und -psychotherapeuten die Ergotherapie verordnen, sobald nach dem Indikationsspektrum der Psychotherapie-Richtlinie eine Erkrankung vorliegt oder die Erkrankung unter die Neuro-psychologische Therapie gemäß § 4 der Richtlinie des Gemeinsamen Bundesausschusses zu Untersuchungs- und Behandlungsmethoden fällt.

Genauere Informationen zu den Richtlinien lesen Sie [hier](#).

Kombination von Ergotherapie und Psychotherapie

Die Kombination von Psycho- und Ergotherapie, ermöglicht eine Verknüpfung der Gesprächs- und Durchführungsebene. Die in den psychotherapeutischen Gesprächen erarbeiteten Inhalte können in der Ergotherapie aktiv als schöpferischen Aktivität bearbeitet werden, zum Beispiel über das Erstellen von Collagen, Zeichnungen oder plastischen Arbeiten. Die theoretisch erlernten Problem-Bewältigungsstrategien lassen sich ebenfalls in der Ergotherapie umsetzen, sodass diese in den Alltag eingebaut werden können. Durch regelmäßiges praktisches Einüben und Erproben können sich neuen Fähigkeiten festigen. Dies wiederum hilft der Patientin bzw. dem Patienten bereits früh, kleine Erfolge festzustellen, und wirkt sich somit auch positiv auf die generelle Therapiemotivation aus. Eine Kombination scheint in vielen Fällen sinnvoll, bedarf jedoch einer engen Absprache zwischen Psycho- und Ergotherapeut sowie der Patientin/dem Patienten selbst. Dies insbesondere, um Erfolge oder Veränderungen fließend zu dokumentieren und gezielt an den individuellen Schwierigkeiten arbeiten zu können oder eventuelle Anpassungen wie dem Wechsel von der Einzel- zur Gruppen-Ergotherapie zu veranlassen.

Dass Ergotherapie generell einen positiven Einfluss haben kann, zeigten bereits Schwegler, Hell und Witschi (2003) in ihrer stationären [Studie](#) mit depressiv Erkrankten. Eine Übersicht zu den niedergelassenen Ergotherapeuten in Ihrer Umgebung geben der [Berufsverband für Ergotherapeuten Deutschland](#) sowie der [Deutscher Verband der Ergotherapeuten](#).

Isa Julgalad