



Sue Parkinson

# Genesung aktivieren und Teilhabe fördern

Therapieprogramm auf Grundlage des  
Model of Human Occupation (MOHO)

# Genesung aktivieren und Teilhabe fördern

## **Genesung aktivieren und Teilhabe fördern**

Sue Parkinson

Programmbereich Gesundheitsberufe

Wissenschaftlicher Beirat Programmbereich Gesundheitsberufe:

Sophie Brandt, Bern; Heidi Höppner, Berlin; Christiane Mentrup, Zürich; Sascha Sommer, Bochum; Birgit Stubner, Coburg; Markus Wirz, Zürich; Ursula Walkenhorst, Osnabrück

**Sue Parkinson**

# **Genesung aktivieren und Teilhabe fördern**

Therapieprogramm auf Grundlage des  
Model of Human Occupation (MOHO)

Herausgabe und Übersetzung: Jutta Berding und Christina Haupt

**Sue Parkinson**, occupational therapist, the lead author of the Model of Human Occupation (MOHO), freelance trainer, providing workshops in the application of MOHO

**Jutta Berding**, Ergotherapeutin M.Sc., Hochschule Osnabrück, Verwaltungsprofessur Ergotherapie, Fakultät für Wirtschafts- und Sozialwissenschaften – Studiengang Ergotherapie, Logopädie, Physiotherapie, Caprivistr. 30a, 49076 Osnabrück

**Christina Haupt**, Logopädin, M.Phil., M.Sc., Hochschule Osnabrück, Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Fakultät für Wirtschafts- und Sozialwissenschaften – Studiengang Ergotherapie, Logopädie, Physiotherapie, Caprivistr. 30a, 49076 Osnabrück

**Wichtiger Hinweis:** Der Verlag hat gemeinsam mit den Autoren bzw. den Herausgebern große Mühe darauf verwandt, dass alle in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen, Internetlinks etc.) entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abgedruckt oder in digitaler Form wiedergegeben wurden. Trotz sorgfältiger Manuskriptherstellung und Korrektur des Satzes und der digitalen Produkte können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://www.dnb.de> abrufbar.

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Hogrefe AG  
Lektorat Gesundheitsberufe  
z.Hd.: Barbara Müller  
Länggass-Strasse 76  
3000 Bern 9  
Schweiz  
Tel: +41 31 300 45 00  
E-Mail: [verlag@hogrefe.ch](mailto:verlag@hogrefe.ch)  
Internet: <http://www.hogrefe.ch>

Lektorat: Barbara Müller, Diana Goldschmid  
Umschlagabbildung: Martin Glauser, Uttigen  
Umschlag: Claude Borer, Riehen  
Satz: Claudia Wild, Konstanz  
Druck und buchbinderische Verarbeitung: AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten  
Printed in Germany

Dieses Buch ist eine Übersetzung aus dem Englischen. Der Originaltitel lautet: Recovery Through Activity. Increasing Participation in Everyday Life von Sue Parkinson © 2014, reprinted 2015, 2016

© 2014 Speechmark Publishing Ltd., London, now part of Routledge, an Imprint of the Taylor & Francis Group, an Informa business  
ISBN 978 1 90930 120 7

1. Auflage 2018  
© 2018 Hogrefe Verlag, Bern

(E-Book-ISBN\_PDF 978-3-456-95819-4)  
ISBN 978-3-456-85819-7  
<http://doi.org/10.1024/85819-000>

## Nutzungsbedingungen

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

### Anmerkung

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

# Inhaltsverzeichnis

Geleitwort	7
Vorwort	9
Danksagungen	11
Vorwort der Herausgeberinnen	13
<hr/>	
<b>Teil 1</b>	15
<hr/>	
<b>Einführung in das Programm <i>Genesung durch Aktivierung</i></b>	17
Aktuelle ergotherapeutische Praxis	17
<i>Genesung durch Aktivierung</i> – Zweck und Inhalt	18
<hr/>	
<b>Anwendung des Model of Human Occupation</b>	21
Überblick über die theoretischen Grundlagen des MOHO	21
MOHO und <i>Genesung durch Aktivierung</i>	22
<hr/>	
<b>Verdeutlichung des Wertes von Aktivierung</b>	25
Aktivität und Betätigung	25
Aktivität und psychische Gesundheit	25
Aktivität und der ergotherapeutische Prozess	26
<hr/>	
<b>Durchführung des Gruppenprogramms <i>Genesung durch Aktivierung</i></b>	29
<hr/>	
<b>Teil 2</b>	39
<hr/>	
<b>Einheit 1 Freizeitaktivitäten</b>	41
Der Wert von Freizeitaktivitäten	42
Beispielaktivitäten	43
<hr/>	
<b>Einheit 2 Kreative Aktivitäten</b>	51
Der Wert von kreativen Aktivitäten	52
Beispielaktivitäten	53
<hr/>	
<b>Einheit 3 Technische Aktivitäten</b>	59
Der Wert von technischen Aktivitäten	60
Beispielaktivitäten	62



<b>Einheit 4 Körperliche Aktivitäten</b>	67
Der Wert von körperlichen Aktivitäten	68
Beispielaktivitäten	69
<hr/>	
<b>Einheit 5 Outdoor-Aktivitäten</b>	75
Der Wert von Outdoor-Aktivitäten	76
Beispielaktivitäten	78
<hr/>	
<b>Einheit 6 Glaubensaktivitäten</b>	85
Der Wert von Glaubensaktivitäten	86
Beispielaktivitäten	88
<hr/>	
<b>Einheit 7 Aktivitäten der Selbstfürsorge</b>	99
Der Wert von Aktivitäten der Selbstfürsorge	100
Beispielaktivitäten	102
<hr/>	
<b>Einheit 8 Aktivitäten im Haushalt</b>	107
Der Wert von Aktivitäten im Haushalt	108
Beispielaktivitäten	109
<hr/>	
<b>Einheit 9 Fürsorgliche Aktivitäten</b>	113
Der Wert von fürsorglichen Aktivitäten	114
Beispielaktivitäten	116
<hr/>	
<b>Einheit 10 Berufliche Aktivitäten</b>	125
Der Wert von beruflichen Aktivitäten	126
Beispielaktivitäten	127
<hr/>	
<b>Einheit 11 Soziale Aktivitäten</b>	135
Der Wert von sozialen Aktivitäten	136
Beispielaktivitäten	137
<hr/>	
<b>Einheit 12 Gemeinschaftsaktivitäten</b>	145
Der Wert von Gemeinschaftsaktivitäten	146
Beispielaktivitäten	148
<hr/>	
<b>Anhang</b>	155
Gruppenprofil	157
Beispiel-Flyer für ein Gruppenangebot	161
Aktivitäten-Checkliste	163
Evaluationsbogen für Teilnehmende	167
Reflexions-Protokoll für Anleitende	169
Teilnehmer-Outcomes	171
Über die Herausgeberinnen	173



# Geleitwort

Wir sind hocherfreut, ein Vorwort für diese wegweisende Arbeit von Sue Parkinson verfassen zu dürfen, die auf ihrer vieljährigen Praxiserfahrung in klinischen und Leitungsfunktionen im Bereich der psychischen Gesundheit sowie zudem auf ihrer Rolle als freiberuflicher Trainerin beruht. Sue hat sich darauf spezialisiert, eine betätigungsfokussierte Praxis in verschiedenen Settings der psychiatrischen Versorgung für Erwachsene im Erwerbsalter und ältere Menschen umzusetzen, und ihr Ziel lag darin, den klinischen Beitrag der Ergotherapie in diesen Settings aufzuzeigen.

Das Manual zum Programm *Genesung durch Aktivierung* wird vom konzeptuellen Framework des Model of Human Occupation untermauert – einem Modell, das Sue schon lange Jahre angewendet hat. Insbesondere hat sie gemeinsam mit dem akademischen Team der Universität von Illinois in Chicago und ErgotherapeutInnen aus Großbritannien an der Entwicklung und Evaluation des Model of Human Occupation Screening Tool (MOHOST) gearbeitet.

Die Auswirkungen dieses und anderer Erhebungsinstrumente, für die Sue Co-Autorin war, sind immens. Das MOHOST ist inzwischen das am weitesten verbreitete evidenzbasierte Assessment im Bereich der psychiatrischen Ergotherapie in Großbritannien und hat ErgotherapeutInnen einen konsequenten Ansatz zur Erfassung von Betätigungsteilhabe als auch zur Evaluation von Betätigungs-Outcomes bereitgestellt.

Ziel des Programms *Genesung durch Aktivierung* ist es, Leistungsempfänger durch das Erkunden des Wertes einer Reihe von verschiedenen Aktivitäten dazu zu befähigen, den langfristigen Nutzen von Betätigungsteilhabe (s. o.) zu erkennen. In einer Zeit, wo der Fokus von Ergotherapie im psychiatrischen Arbeitsfeld kontrovers diskutiert wird und ErgotherapeutInnen in Teams der gemeindenahen psychiatrischen Versorgung darum kämpfen, ihre generischen Rollen mit betätigungsspezifischer Arbeit in Balance

zu halten (Pettican & Bryant, 2007; Fox, 2013), wird das Programm *Genesung durch Aktivierung* dem Anspruch gerecht, ergotherapeutische Intervention auf Aktivität bzw. Aktivierung zu legen.

Die Verbesserung der Teilhabe am täglichen Leben sollte ein Kernanliegen der Ergotherapie sein und das vorliegende Manual versieht ErgotherapeutInnen mit einem wertvollen Handwerkszeug zur Unterstützung der Umsetzung ihrer Kernkompetenzen. Dafür bündelt es umfassende Evidenzen bezüglich des Wertes von Aktivität, gemeinsam mit einem Reichtum an Ressourcen, um die Umsetzung einer betätigungsfokussierten Intervention zu ermöglichen.

Als ErgotherapeutInnen erkennen wir an, dass die Reduktion von Isolation und der Aufbau unterstützender sozialer Netzwerke und Beziehungen Sinngebung, Zielstrebigkeit, gute psychische Gesundheit und Genesung begünstigt und psychischen Problemen vorbeugt. Die Teilhabe an bedeutungsvollen Aktivitäten wird mit einem gesteigerten Selbstwertgefühl und Wohlbefinden assoziiert, jedoch konnten Studien zur Zeitnutzung zeigen, dass Menschen mit psychischen Problemen häufig (zu) wenig aktiv sind und passiven Freizeitbeschäftigungen nachgehen (Shimitras et al., 2003; Bejerholm, 2010). Allerdings stellen Erwachsene mit einer Diagnose psychischer Probleme nach wie vor eine der am stärksten sozial ausgegrenzten Gruppen in Großbritannien dar (Social Exclusion Unit, 2004). ErgotherapeutInnen sind nun dazu aufgerufen, eine Schlüsselrolle in der Bekämpfung dieser Situation einzunehmen.

Die Evaluation sowie Veröffentlichung der Kosten-Nutzen-Effizienz ergotherapeutischer Interventionen ist ein entscheidender Schritt zum Aufbau einer Evidenzbasis und um ihren Wert aufzuzeigen. Es wurden bisher sehr wenige Studien im Bereich der Ergotherapie durchgeführt, die standardisierte manualisierte Interventionen und Messinstrumente verwendeten; und es gibt konkret sehr wenige ergotherapeutische Manuale (Blanche et al., 2011) – insbesondere im Be-

reich der psychiatrischen Versorgung. Die Einführung des vorliegenden Therapiemanuals stellt ein unschätzbares Instrument für PraktikerInnen dar und kreiert gleichzeitig eine Forschungs-Plattform. Wir fühlen uns privilegiert, eine Pilotstudie durchführen zu können, um diese manualisierte Intervention mit einer Gruppe von Menschen mit chronischer psychischer Erkrankung zu erproben, die Unterstützung bei der Identifizierung von und dem Zugang zu öffentlichen Ressourcen benötigen.

Wir sind zuversichtlich, dass dieses Manual von großem Interesse für praktisch tätige sowie leitende ErgotherapeutInnen, Studierende und Auszubildende sein wird, die versuchen, zeitlich begrenzte, betätigungsfokussierte Interventionen in den Behandlungspfad zu integrieren. Wir glauben, dass das Programm *Genesung durch Aktivierung* den Bedarf realer praktischer Herausforderungen deckt und uns dabei helfen kann, die Praxis der Ergotherapie in der psychiatrischen Versorgung wieder mehr auf die Betätigung auszurichten sowie dabei ErgotherapeutInnen zu unterstützen, ihre Kernfertigkeiten einzusetzen und die Qualität der Versorgung zu verbessern.

Dr Mary Morley, Director of Therapies, South West London and St George's Mental Health Trust  
Mary Birken, Ergotherapeutin, Wissenschaftlerin,  
Institute of Psychiatry, King's College London

## Literatur

- Bejerholm, U. (2010). Occupational balance in people with schizophrenia. *Occupational Therapy in Mental Health*, 26 (1), 1-17.
- Blanche, E. I., Fogelberg, D., Diaz, J., Carlson, M. & Clark, F. (2011). Manualization of Occupational Therapy interventions: illustrations from the pressure ulcer prevention research program. *American Journal of Occupational Therapy*, 65 (6), 711-719.
- Fox, V. (2013). Professional roles in community mental health practice: generalist vs. specialist. *Occupational Therapy in Mental Health*, 29 (1), 3-9.
- Pettican, A. & Bryant, W. (2007). Sustaining a focus on occupation in Community Mental Health Teams. *British Journal of Occupational Therapy*, 70 (4), 140-146.
- Shimitras, L., Fossey, E. & Harvey, C. (2003). Time use of people living with schizophrenia in a North London catchment area. *British Journal of Occupational Therapy*, 66 (2), 46-54.
- Social Exclusion Unit (2004). *Mental Health and Social Exclusion. Social Exclusion Unit Report*. Office of the Deputy Minister, London.

# Vorwort

Das Verfassen des Programms *Genesung durch Aktivierung* war eine wunderbare Erfahrung – sie hat Zeit in Anspruch genommen, die ich neben der Tätigkeit als Ergotherapeutin nicht zur Verfügung gehabt hätte. Mehr als je zuvor habe ich dadurch nachvollziehen können, warum (so) zahlreiche vielversprechende ergotherapeutische Interventionsverfahren nicht in einem Format veröffentlicht werden, in dem sie „gebrauchsfertig“ für andere sind. Ich finde, dass diese Verschwendung von Potenzial und die therapeutischen Einheiten, die darauf verwendet werden, „das Rad neu zu erfinden“ möglichst vermieden werden sollten. Meine Hoffnung ist, dass das Manual *Genesung durch Aktivierung* eine flexible Ressource bereitstellt, die als Gerüst für ergotherapeutische betätigungsfokussierte Interventionen in einer Reihe von Settings für Erwachsene mit psychischen Erkrankungen dienen, und eine Plattform zur Etablierung eines dauerhaften Nutzens von Betätigungsteilhabe für Genesung und Wohlbefinden bieten kann.

Der Auftrag, den Nutzen von Betätigungsteilhabe zu vermitteln, scheint relativ gradlinig zu sein. Gewiss, die Wichtigkeit von Inklusion und Integration sind inzwischen wohl verstanden. Jedoch ist es eine große Herausforderung, Menschen dazu zu befähigen, die positive Auswirkung, die Betätigungs- und soziale Teilhabe in ihrem eigenen Leben spielen kann, zu erkennen – insbesondere dort, wo Menschen bereits soziale Ausgrenzung und Ablehnung aus erster Hand erfahren haben. Die schiere Verwegenheit dieses Vorhabens zeigte sich mir, als ich mit Ergotherapie-Studierenden daran arbeitete, Ideen für eine frühe Version von *Genesung durch Aktivierung* zu entwickeln. Unzweifelhaft zeigten sie Enthusiasmus und Fertigkeiten als Forschende – jedoch war eine Tendenz vorhanden anzunehmen, dass allein die Beteiligung an einer Aktivität ausreicht, die Teilnehmenden von ihrem immanenten Nutzen zu überzeugen.

Es ist wichtig anzuerkennen, dass die Beteiligung von Menschen an Aktivitäten geschulte Anleitung er-

fordert, aber gleichermaßen benötigen Menschen Unterstützung dabei, Aktivitäten in langfristige Betätigungen zu integrieren. Dies ist entscheidend, wenn Entwicklung nachhaltig sein soll. Die Kunst liegt darin, ausreichend deutlich, direkt und klar in unseren Ermutigungen zu sein, während wir gleichzeitig den Menschen zugestehen, ihre eigenen Erfahrungen zu reflektieren und ihre persönlichen Schlussfolgerungen zu ziehen. Es ist meine Überzeugung, dass das Modell of Human Occupation (MOHO – Modell der menschlichen Betätigung) (Kielhofner, 2008) diesen Prozess dadurch unterstützen kann, indem es betätigungsfo-kussierende, holistische, evidenzbasierte und personenzentrierte Praxis fördert, sowie unterstützende Instrumente zur Verfügung stellt, die dazu befähigen, professionelle Interventionen zu verbessern.

Ich habe enorm von vielerlei großartigen Ressourcen profitiert, die u. a. das Manual von *The Remediation Process* (de las Heras et al., 2003) als auch das Textbuch *The Intentional Relationship* (therapeutic use of self; Taylor, 2008) einschließen. Auf verschiedene Art und Weise beschreiben beide Ansätze Vorgehensweisen, die von ErgotherapeutInnen zum Verständnis benötigt werden, *wie* Teilhabe gefördert werden kann. Gleichzeitig konzentriert sich das Programm *Genesung durch Aktivierung* auf die unterschiedlichen Aktivitäten, die unterstützt werden könnten – in anderen Worten: an *was* Personen teilhaben könnten. Es zielt darauf ab, vielfältige Möglichkeiten zum Gespräch aufzuzeigen, um in einen zielführenden Austausch mit den Teilnehmenden zu treten. MOHO bleibt ein zentraler Bestandteil, um die Diskussion voranzutreiben, indem es einen Rahmen für ErgotherapeutInnen bereitstellt, die richtigen Fragen zu stellen, messbare Ziele zu setzen und Veränderung(en) zu evaluieren.

Ursprünglich hatte ich intendiert, sechs Themen im Programm *Genesung durch Aktivierung* aufzunehmen, jedoch erweiterte sich deren Zahl auf zwölf, nachdem ich begann, die existierende Literatur zu berücksichtigen. Je mehr Nachforschungen ich be-

trieb, desto stärker wurde ich mir der Vor- und Nachteile vieler der Aktivitäten bewusst. Zum Beispiel gibt es sowohl Vor- als auch Nachteile, passiven Freizeitbeschäftigungen nachzugehen, und soziale Aktivitäten können sowohl Belastung als auch Genuss verursachen. Genauso ist das Etablieren einer beruflichen Rolle nicht die Lösung aller Probleme für jede Person, während fürsorgliche als auch Aktivitäten im Haushalt einerseits als lästige Pflichten angesehen werden, und andererseits als tiefe Quellen von Sinnhaftigkeit gelten können.

Ich war davon überrascht, wie leicht ErgotherapeutInnen Möglichkeiten verpassen, den Wert bestimmter Aktivitäten zur Sprache zu bringen – vielleicht, weil sie nicht technisch gesinnt oder unsicher sind, wie sie Gespräche über Glaubensangelegenheiten initiieren können oder weil „Selbstfürsorge“ als ein zu sensibles Thema angesehen wird. Zudem scheinen Aktivitäten, die körperliche Anstrengung oder gesellschaftliche Integration erfordern, leichter voranzutreiben zu sein, während der Wert von Outdoor- und kreativen Aktivitäten schwerer zu vermitteln sein mag.

Ich hoffe, dass ErgotherapeutInnen mit *Genesung durch Aktivierung* in der Lage sein werden, ein maßgeschneidertes Programm aufzubauen, das den Bedürfnissen der Teilnehmenden gerecht wird, indem sie ausgewogene Anteile von Freizeit-, Selbstfürsorge- als auch produktiven Aktivitäten einbeziehen. Mit dem Blick darauf, relevante Themen, die das je-

weilige Programm enthalten sollte, zu identifizieren, findet sich im Anhang eine Aktivitäten-Checkliste. Zudem werden Schlüsselthemen für jedes Themengebiet bereitgestellt, um zu helfen, den Wert jeder Aktivität zu verdeutlichen. Letztlich jedoch sollte dieses Handbuch lediglich als eine Grundlage für die Praxis gesehen werden; Praktizierende können mit der Zeit weitere Inhalte zu den Themen ergänzen oder neue Wege zur Förderung der Aktivitäten finden.

Als Klinikerin hatte ich das Privileg mit vielen talentierten ErgotherapeutInnen zusammen zu arbeiten. Wir lernten, unsere eigenen Interventionsprogramme zu entwickeln, und mussten hart daran arbeiten, unseren Betätigungsfokus beizubehalten. Trotz all seiner Limitationen hätte ich liebend gern ein Manual wie das vorliegende zur Verfügung gehabt!

Sue Parkinson

## Literatur

- de las Heras, C. G., Llerena, V. & Kielhofner, G. (2003). *A User's Manual for Remotivation Process: Progressive Intervention for Individuals with Severe Volitional Challenges*. Version 1.0, University of Illinois: Chicago, IL.
- Kielhofner, G. (ed.) (2008). *Model of Human Occupation. Theory and Application* (4<sup>th</sup> edn.). Baltimore, MD: Lippincott, Williams and Wilkins.
- Taylor, R. R. (2008). *The Intentional Relationship. Occupational Therapy and Use of Self*. Philadelphia, PA.: FA Davis.

## Danksagungen

Ich fühle mich Mary Morley (Director of Therapies, South West London and St George's Mental Health Trust) für ihren grenzenlosen Enthusiasmus, ihren unermüdlichen Einsatz sowie ihren unerschütterlichen Glauben an das Potenzial des Programms *Genesung durch Aktivierung* zutiefst verpflichtet.

Zusätzlich möchte ich meinen früheren KollegInnen meinen herzlichsten Dank ausdrücken, die den ersten Entwurf pilotierten und positives Feedback von Leistungsempfängern erhielten:

- Sarah Carter, die ein achtwöchiges Programm anleitete, um den Bedarfen von Leistungsempfängern einer psychiatrischen Einrichtung gerecht zu werden, und die den (englischen) Titel *Recovery through Activity* vorschlug
- Miriam Rowe und Deborah Mitchell, die das Programm in einem Rehabilitations-Setting anwendeten und Leistungsempfänger auf effektive Art und Weise einem breiten Angebot an lokalen Ressourcen zuführten
- Kalwran Sangha für die Verbindung der Gesprächs- bzw. Diskussionsthemen aus *Genesung durch Aktivierung* mit auf Erfahrung beruhenden Aktivitäten in einzelnen Einheiten und für die Nutzung des Programms *Genesung durch Aktivierung* als Basis für offene Gruppen in einem Akut-Setting.

Ich möchte ebenfalls dem großen Interesse, das ErgotherapeutInnen an der Entwicklung des Programms *Genesung durch Aktivierung* gezeigt haben und früheren KollegInnen, die geholfen haben, meine Ideen zu formen, meine Wertschätzung zum Ausdruck bringen. Insbesondere:

- Rachel Humphries und Sara Bains, die halfen, ein Projekt mit Ergotherapie-Studierenden der Universität Derby ins Leben zu rufen, um die Original-Themenbereiche des Programms *Genesung durch Aktivierung* zu erkunden

- Karen Wheeler, für die Förderung der Rolle der Ergotherapie in der Gesundheitsförderung und die Koordination von finanziellen Mitteln für die Studierenden-Projekte und Pilot-Gruppen des National Health Service (NHS) Derbyshire County Public Health als Teil des „Choosing Health – Mental Health“ Programms.

Außerdem bin ich stolz darauf anzuerkennen, dass das Model of Human Occupation (MOHO) mein professionelles Reasoning seit vielen Jahren geleitet hat und den Rahmen von *Genesung durch Aktivierung* bildet. Ich bin zutiefst dankbar für die großzügige Unterstützung und die warme Bestätigung, die mir der Autor des Modells, Gary Kielhofner, zur Verfügung stellte als auch für die fortlaufende Unterstützung durch Renée Taylor, die das MOHO Clearing House an der Universität Illinois in Chicago leitet. Das Kapitel, welches die theoretischen Grundlagen, die Beschreibungen der Assessments, die auf das MOHO zurückgehen, und Bezüge zu Ebenen der Veränderung (levels of change) als auch unterstützende Strategien, die auf dem MOHO basieren, erklärt, wurden mit freundlicher Genehmigung des MOHO Clearing House für das Programm *Genesung durch Aktivierung* übernommen.

Mein Verständnis des MOHO schulde ich zu großen Teilen dem wissenschaftlich-praktischen Austausch (scholarship of practice) zwischen dem Ergotherapie-Service, in dem ich als Practice Development Advisor arbeitete, und dem UK Centre for Outcomes, Research and Education (UKCORE). UKCORE wird von Professorin Kirsty Forsyth geleitet und es war ein großes Privileg für mich, jahrelang mit Kirsty zusammen arbeiten zu dürfen. Ich habe immens von ihrer Betreuung, Beratung und Anleitung profitiert. Insbesondere mein Nachdenken darüber, wie ich messbare Ziele formulieren kann, wurde transformiert, und dieses Wissen hat die Erläuterung der Interventionsplanung im Programm *Genesung durch Aktivierung* geprägt. Ich bin Kirsty ebenfalls dafür dankbar, dass

sie mir die Wichtigkeit der Erstellung umfassender Gruppenprofile verdeutlicht hat – ein Beispiel-Gruppenprofil ist dem Programm *Genesung durch Aktivierung* im Anhang beigefügt.

Danke auch an Peter Bates vom National Development Team for Inclusion, dass er mir erlaubt hat, das „Inclusion Web“ zu umreißen und das „Social Inclu-

sion Ampelsystem“ in einer Übung zu nutzen, die bestimmt, in welchem Grad gesellschaftliche bzw. gemeindenahere Versorgungsorte sozial integrativ sind.

Schlussendlich wäre die Fertigstellung des Manuals von *Genesung durch Aktivierung* nicht ohne die liebevolle Unterstützung meines Partners Peter Gray und seinen festen Glauben an mich möglich gewesen.



## Vorwort der Herausgeberinnen

Im Fokus ergotherapeutischer Interventionen gewinnen die Faktoren „Zeit“ und „gesellschaftliche Zeitkultur“ zunehmend an Bedeutung: So stehen die Anliegen der KlientInnen im Arbeitsfeld der Psychiatrie durchaus auch im Zusammenhang mit einer beschleunigten Gesellschaft, der Zeitverdichtung oder auch dem Erleben, dass die eigene Work-Life-Balance unausgewogen ist (vgl. Wöckel, 2014; Techniker Krankenkasse, 2016). Der Gestaltung von Zeit als Interventionsfokus der Ergotherapie kann aber auch im Sinne von Heidegger (1962: Vortrag Zeit und Sein, zitiert in Müller et al., 1986) begegnet werden, wobei er der „Zeit“ den Sinn von „Sein“ beimisst. Ein „In der Welt sein“ erfolgt, in dem Zukunft durch Intentionalität gestaltet wird und durch „Zeitigen“ an Bedeutung gewinnt. Hier knüpfen die Themen schwer psychisch Erkrankter – wie z.B. Betätigungseinseitigkeit oder passive singuläre Aktivitäten bis hin zu Inaktivität – an. In diesem Sinne wird Betätigungsdysbalance als ein Ungleichgewicht zwischen den individuellen Kapazitäten und den äußeren Möglichkeiten bzw. Anforderungen verstanden (vgl. Eklund et al., 2009). Dies bildet den Ausgangspunkt als auch Ansatz des Gruppeninterventionsprogramms *Genesung durch Aktivierung*, indem u. a. Aktivitäten rund um die Betätigungskategorien Produktivität, Freizeit, Selbstfürsorge als auch Erholung fokussiert werden.

Mit den Schwerpunkten „Betätigungsteilhabe“ und „Aktivierung“ sowie den Ansätzen der Edukation und Befähigung, entspricht es als ergotherapeutische Intervention dem aktuellen Berufs- und Therapieverständnis. Dies wird der derzeitigen Entwicklung der Berufspraxis im Arbeitsfeld Psychiatrie gerecht, in der Partizipation als Qualitätsmaß sowie die Orientierung an Evidenzen vermehrt eine Rolle spielen. In der heutigen Zeit, in der die Forderung nach evidenzbasierter Praxis und Wirksamkeitsnachweisen in der Ergotherapie auch rechtlich verankert ist (vgl. Mangold 2015, S. 149), kann die Manualisierung von

Interventionen als Schlüsselschritt gesehen werden, um Nachweise für Behandlungseffektivität zu ermöglichen, als auch erfolgreiche Interventionen in der Praxis weit zu verbreiten. Indem die Interventionen durch ein Handbuch in manualisierter Form dargelegt werden, wird die Behandlungsdurchführung präzisiert – eine Voraussetzung dafür, dass die Ergebnisse von Wirksamkeitsstudien eindeutig und unverfälscht sind, da die Intervention einheitlich durchgeführt werden kann (vgl. Blanche et al. 2011, o.S.).

Mit *Genesung durch Aktivierung*, liegt nun ein ergotherapeutisches Gruppeninterventionsprogramm vor, welches im Sinne einer manualisierten Intervention zur Strukturierung und Standardisierung von Behandlungsabläufen (Zamath 2016, S. 25) beiträgt: *Genesung durch Aktivierung* bietet praktizierenden ErgotherapeutInnen einen klientenzentrierten praxisnahen Zugang in der Gestaltung ergotherapeutischer Gruppeninterventionen und zugleich eine breite theoretisch fundierte sowie evidenzbasierte Herleitung der einzelnen Aktivitätskategorien als Interventionsfokus. Damit erhalten praktizierende ErgotherapeutInnen umfassende Informationen und vielfältige Beispiele sowie Ideen zur Gestaltung ihrer Interventionen und können hierdurch ihren KlientInnen Impulse hinsichtlich einer veränderten Alltagsgestaltung geben. Mit dem Gruppenformat knüpft *Genesung durch Aktivierung* an ein bereits etabliertes Setting der Ergotherapie im Arbeitsfeld Psychiatrie an. Speziell dieser edukative aktivierende Interventionskontext bietet KlientInnen eine „Gesprächsplattform“, um sich mit ihren Aktivitätsmustern und ihrer Zeitgestaltung auseinanderzusetzen und die damit verbundenen Auswirkungen auf ihren Gesundheitszustand zu reflektieren.

Die Übersetzung des Manuals erfolgte eng an dem Original und wir haben hierfür u.a. die bereits etablierten übersetzten Termini des Model of Hu-



man Occupation genutzt (Kielhofner, Marotzki & Mentrup, 2004; Jerosch-Herold et al., 2009). Dennoch fiel es zum Teil schwer, einzelne ergotherapeutische Begrifflichkeiten wie auch Angebote des britischen Gesundheitssystems wörtlich zu übersetzen. In diesen Fällen haben wir recherchiert, diskutiert und uns letztlich davon leiten lassen, bestmöglich die inhaltliche Aussage zu transportieren.

Danken möchten wir an dieser Stelle Lisa Becker und Sarah Ravé, die sich im Rahmen eines wissenschaftlichen Projektes als Studentinnen der Hochschule Osnabrück mit dem Original-Programm *Recovery through Activity* befasst und in diesem Zusammenhang die Arbeitsblätter in einem ersten Entwurf übersetzt und erstellt haben. Die Arbeitsblätter des Therapieprogramms sind über den Download-Link: <https://www.hogrefe.ch/Downloads/Genesung-durch-Aktivierung> abrufbar. Zusätzlich gilt unser herzlicher Dank der Autorin Sue Parkinson für ihre Einwilligung zur Übersetzung des Programms *Recovery through Activity* in die deutsche Sprache, als auch Barbara Müller vom Hogrefe Verlag, die uns hervorragend durch den Publikationsprozess geleitet hat.

Jutta Berding & Christina Haupt

## Literatur

- Blanche, E.I., Fogelberg, D., Diaz, J., Carlson, M. & Clark, F. (2011). Manualization of Occupational Therapy interventions: illustrations from the pressure ulcer prevention research program. *American Journal of Occupational Therapy*, 65 (6), 711-719.
- Eklund, M., Leufstadius, C. & Bejerholm, U. (2009). Time use among people with psychiatric disabilities: implications for practice. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 32 (3), 177-91.
- Jerosch-Herold, C., Marotzki, U., Hack, B.M., Weber, P. (2009). *Konzeptionelle Modelle für die ergotherapeutische Praxis* (3. Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Kielhofner, G., Marotzki, U. & Mentrup, C. (2004). *Model of Human Occupation (MOHO) - Grundlagen für die Praxis*. Berlin, Heidelberg: Springer.
- Müller, C. et al. (1986). *Lexikon der Psychiatrie: Gesammelte Abhandlungen der gebräuchlichsten psychiatrischen Begriffe*. Berlin, Heidelberg: Springer.
- Techniker Krankenkasse (2016). Entspann dich, Deutschland – Die TK Stressstudie. In: [https://www.tk.de/cen-taurus/servlet/contentblob/921466/Datei/3654/TK-Stressstudie\\_2016\\_PDF\\_barrierefrei.pdf](https://www.tk.de/cen-taurus/servlet/contentblob/921466/Datei/3654/TK-Stressstudie_2016_PDF_barrierefrei.pdf) (letzter Zugriff: 7.02.2018)
- Wöckel, P. (2014). *Die „Beschleunigte Gesellschaft“: Wie wir als Schöpfer der Zeit zu ihrem Opfer werden*. Hamburg: Diplomica.
- Zamath, F. (2016). Sind Behandlungsmanuale für die Arbeitstherapie wichtig? Der Nutzen von manualisierten Interventionen. *Et Reha*, 55 (3), 25-28.

# Teil 1

