

Den Alltag bewältigen trotz Depression? Evaluation der ergotherapeutischen Behandlung von Patienten mit Depression

Es wird untersucht, welche Probleme depressiv erkrankte Personen haben, ihren Alltag zu bewältigen und welche Unterstützung sie durch ergotherapeutische Massnahmen erfahren. Der Alltag erfordert eine Vielzahl von Handlungen, die gesunde Menschen selbstverständlich erledigen, z.B. Einkaufen, Kochen, Waschen, Arbeiten, Kinder versorgen, Freunde treffen. Depressiv erkrankte Menschen können diese Tätigkeiten jedoch nicht immer ausführen und geraten in einen Kreislauf von Überforderung, Versagen und Rückzug. Die Ergotherapie zielt darauf ab, depressiv erkrankte Menschen in ihrer Handlungsfähigkeit im Alltag zu unterstützen.

Projektleitung	Prof. Dr. phil. Julie Page
Projektdauer	2011-2014
Projektteam	Yvonne Treusch, Dr. phil.
Partner	Theresa Witschi, Nadine Saxer Ulrike Hope, Andrea Winkler Psychiatrische Universitätsklinik Zürich (PUK) Direktion Pflege, Therapien und Soziale Arbeit Abteilung Ergotherapie
Finanzierung	Stiftung für Ergotherapie in Zürich
Projektstand	Abgeschlossen

Projektbeschreibung



Hintergrund der Studie

Die Anzahl depressiv erkrankter Menschen nimmt zu und damit nicht nur die Belastung des Individuums, sondern auch diejenige der Gesellschaft und des Gesundheitssystems. Die Ergotherapie zielt mit ihrem handlungs- und alltagsorientierten Ansatz darauf ab, Betroffene auf die Anforderungen im Alltag vorzubereiten. Sie erhalten im Rahmen der Therapie ein konkretes Übungsfeld, indem sie ihre Handlungsfähigkeit aufbauen und Strategien für den Alltag erarbeiten. „Alltag“ wird definiert als bekannte, sich wiederholende Handlungen, die die Selbstversorgung einer Person gewährleisten sowie die Partizipation an wichtigen Lebensbereichen wie Arbeit, Freizeit und sozialem Leben ermöglichen.

Die Tagesklinik der Psychiatrischen Universität Zürich als Interventionsort bietet ein ideales Umfeld, weil die Patientinnen

und Patienten teilstationär untergebracht sind und täglich dennoch ihre anfallenden häuslichen Alltagshandlungen erledigen.

Ziel der Studie

Die Studie untersucht, wie depressiv erkrankte Menschen ihren Alltag bewältigen und bewerten und welchen Beitrag die ergotherapeutische Behandlung in der Tagesklinik dazu leistet, damit die Betroffenen wieder selbstständig den Anforderungen gerecht werden.

Insbesondere folgende Fragestellungen werden dabei beantwortet:

1. Welche Probleme in der Alltagsbewältigung werden von Menschen mit affektiven Erkrankungen benannt?
2. Können die in der Ergotherapie erarbeiteten Fertigkeiten und Strategien in den persönlichen Alltag der Patient/-innen übertragen werden, und falls ja, welche Hilfestellungen und Strategien der Ergotherapeutin sind hilfreich gewesen?

Studiendesign und Methode

Es werden in einem Prä-Posttest-Design verschiedene Methoden miteinander kombiniert:

- standardisierte Fragebogenerhebung/ Canadian Occupational Performance Measure (COPM)
- qualitative Interviews
- Analyse der ergotherapeutischen Dokumentation

Das Sample umfasst zehn Patienten.

Ergebnisse

Die Erkrankung Depression tangiert die ganze Person und umfasst alle Alltagsbereiche. Bei der Durchführung von Alltagshandlungen als „am hinderlichsten“ wurden die Faktoren „mangelnde Energie“, „Müdigkeit“ und „Kraftlosigkeit“ von den Befragten beschrieben.

Als bedeutsam wurde weiterhin die Reduktion der sozialen Partizipation in den erfragten Bereichen (Produktivität, Freizeit, Selbstversorgung) geschildert. Insbesondere bedeutsam waren für die Befragten belastende Aspekte des sozialen Kontextes in der Arbeitssituation (Vorgesetzte, Kollegen) und im familiären Umfeld.

Die Tätigkeiten, die im Rahmen der ergotherapeutischen Behandlung durchgeführt wurden, erfüllten verschiedene Funktionen in unterschiedlichen Phasen der Behandlung. Die als essentiell betrachteten Dimensionen der Ergotherapie (Aktivität, Gruppe, Therapeut/-in) erfüllten je nach Phase unterschiedliche, voneinander abgrenzbare Funktionen.

1) *Aufmerksamkeitsabwendung* - „nur nicht dauernd dran denken“

2) *Positive Verstärkung* - „und dann stellt sich ein positives Gefühl ein“

3) *Selbstwirksamkeitserwartung* - „Es kommt schon irgendwie gut“

Die Handlung selbst, die therapeutische Begleitung während der Handlung, die Reflexion und das Übungsfeld für soziale Partizipation in der Gruppe wurden von den Befragten zum zweiten Erhebungszeitpunkt als besonders hilfreich erachtet.

Schlussfolgerungen

Neben den konkreten Tätigkeiten und dem Training spezifischer Handlungskompetenzen innerhalb der ergotherapeutischen Behandlung erscheinen der Fokus auf das Erleben der Handlung (Achtsamkeit) und die Reflexion eigener Handlungsmuster sinnvoll. Weiter zeigt sich insbesondere die Erprobung von Strategien zur Bewältigung von sozialen Anforderungen im Rahmen der ergotherapeutischen Behandlung als wesentlich.



Psychiatrische
Universitätsklinik Zürich Direktion Pflege, Therapien
und Sozialdienst

Kontakt

ZHAW Departement Gesundheit
Forschung & Entwicklung Ergotherapie
Frau Dr. phil. Yvonne Treusch
Technikumstrasse 71, Postfach
8401 Winterthur

Telefon +41 58 934 65 24
yvonne.treusch@zhaw.ch
www.gesundheit.zhaw.ch