

# PRAXIS FÜR ERGOTHERAPIE

## GRUPPEN UND BESONDERE EINZELTHERAPIEN

### NEU 2023: SOKO-Autismus (Gruppe für Erwachsene oder Jugendliche)

SO-KO Autismus heißt: Soziale Kompetenz für Menschen mit Autismus. In dieser Gruppe lernen Sie, Ihre Besonderheiten als Mensch mit Autismus zu verstehen, sowie das positive Erleben und Verstehen sozialer Situationen. Der Fokus liegt auf dem Kennenlernen sozialer Regeln und dem Umgang mit Anderen, nonverbaler Kommunikation und darauf, sich zu unterhalten. Auch Gefühle zu erkennen, zu benennen und darauf zu reagieren sowie strukturierende Hilfen zur Bewältigung von Alltagsaufgaben gehören zum Programm dieser Gruppe.

### NEU 2023: Autismus-Therapie (Einzeltherapie)

In der Einzel-Autismustherapie lernen Sie Ihre Besonderheiten als Mensch mit Autismus kennen. Sie entdecken Ihre Stärken und lernen soziale Regeln im Umgang mit neurotypischen Menschen sowie verschiedene Formen der Kommunikation kennen. Auch Gefühle zu erkennen, zu benennen und angemessen darauf zu reagieren sowie strukturierende Hilfen bei der Bewältigung von Alltagsaufgaben gehört zur Therapie.

### Gruppentraining sozialer Kompetenzen (Gruppe)

In diesem Training können Sie Selbstsicherheit trainieren: Beziehungen gestalten, Gefühle und Bedürfnisse äußern, Sympathie wecken und Rechte durchsetzen.

### Übungen zur Selbstwirksamkeit (Gruppe)

In dieser Gruppe lernen Sie, eigene Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche besser wahrnehmen und benennen zu können, sowie den Zusammenhang zwischen Gedanken und Gefühlen zu erkennen und zu beeinflussen.

### Arbeitstherapie (Gruppe)

Mit diesem Angebot bereiten Sie sich auf die Rückkehr an ihren Arbeitsplatz, eine berufliche Reha oder eine anstehende Beschäftigungsmaßnahme vor. Die Gruppe ermöglicht, in einem alltagsnahen Umfeld die Belastbarkeit, Ausdauer und andere Arbeitsfähigkeiten individuell zu überprüfen und zu steigern.

### Metakognitives Training bei Depressionen (Gruppe)

Das Training vermittelt Wissen über typische Denkmuster, die Depressionen verstärken oder aufrecht erhalten können. In der Gruppe wird gemeinsam

## Bitte Rückseite beachten!

Möchten Sie regelmäßig per E-Mail über den Start von Gruppen und freie Plätze informiert werden? Dann schicken Sie bitte eine Nachricht mit dem Betreff „newsletter“ an [ergotherapie@der-hafen-vph.de](mailto:ergotherapie@der-hafen-vph.de)

## PRAXIS FÜR ERGOTHERAPIE

In Harburg: Wallgraben 39 · 21073 Hamburg

In Wilhelmsburg: Weimarer Straße 81 · 21107 Hamburg

Telefon 040-5247729-130 · Telefax 040-5247729-1399

[ergotherapie@der-hafen-vph.de](mailto:ergotherapie@der-hafen-vph.de)

EINE EINRICHTUNG VON

 **DER HAFEN**  
Verein für psychosoziale Hilfe Harburg e.V.

# PRAXIS FÜR ERGOTHERAPIE

betrachtet, wie diese Denkfallen im Alltag wirken, wie sie erkannt und verändert werden können.

## **Kunsttherapie (Gruppe oder Einzeltherapie)**

In der Kunsttherapie haben Sie die Möglichkeit, über gestaltende Tätigkeit auszudrücken, was Sie fühlen und wie Sie sich erleben, auch wenn Sie es nicht in Worte fassen können. Diese Gruppe setzt sich zusammen aus Einzel-, Paar- und Gruppenarbeit, freiem und themenbezogenem Gestalten mit unterschiedlichen Materialien.

## **Wegetraining (Einzeltherapie)**

Mit dieser Methode entwickeln Sie neue Handlungsstrategien zur Überwindung von Ängsten und wenden diese in begleiteten Übungssituationen, wie zum Beispiel S-Bahn fahren, praktisch an.

## **Hausbesuch/ ADL-Training (Einzeltherapie)**

Wenn Sie direkt in Ihrem häuslichen Umfeld Unterstützung bei der Umsetzung der Therapieinhalte brauchen, wie z.B. Ordnungsstruktur in der Wohnung schaffen, Wegetraining oder die Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel, kommen wir auch zu Ihnen.

## **Häusliche Ergotherapie bei Demenz (Einzeltherapie)**

Für Menschen mit einer leichten bis mittelgradigen Demenz und deren Angehörige. Wir bieten Ergotherapie als Hausbesuch an, um Sie in Ihrem Wunsch zu unterstützen in Ihrem häuslichen Umfeld zu bleiben. Die Ziele der Therapie sind: Aktiv bleiben, Lebensqualität erhalten, Strategien zur Altagsbewältigung finden, Durchführung und/oder beteiligt sein an sinnvollen Tätigkeiten.

Die Termine sind in der Regel **einmal wöchentlich**. Für alle Angebote gilt: Die Gruppen beginnen bei einer verbindlichen Anmeldung von sieben Teilnehmern. Die aktuellen Gruppenzeiten und den nächsten Starttermin erfragen Sie bitte unter den u.a. Kontaktdaten. Für die Teilnahme benötigen Sie eine Verordnung für Ergotherapie über 10 psychisch-funktionelle Behandlungen (Einzeltherapie oder Gruppentherapie) Ihres behandelnden Haus- oder Facharztes. Bei Interesse oder Fragen nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf.

*Wir freuen uns auf Sie!*

Möchten Sie regelmäßig per E-Mail über den Start von Gruppen und freie Plätze informiert werden? Dann schicken Sie bitte eine Nachricht mit dem Betreff „newsletter“ an [ergotherapie@der-hafen-vph.de](mailto:ergotherapie@der-hafen-vph.de)

## **PRAXIS FÜR ERGOTHERAPIE**

**In Harburg:** Wallgraben 39 · 21073 Hamburg

**In Wilhelmsburg:** Weimarer Straße 81 · 21107 Hamburg

Telefon 040-5247729-130 · Telefax 040-5247729-1399

[ergotherapie@der-hafen-vph.de](mailto:ergotherapie@der-hafen-vph.de)

EINE EINRICHTUNG VON

 **DER HAFEN**  
Verein für psychosoziale Hilfe Harburg e.V.