

## Information für Patientinnen und Patienten **ERGOTHERAPIE**



Die Ergotherapie ist Teil des umfassenden Behandlungsangebots der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich. Dieses beinhaltet medizinische, pflegerische und therapeutische Behandlungen sowie Beratungen der Sozialen Arbeit.

Psychische Erkrankungen und Krisen können Ihre Fähigkeit beeinträchtigen, die Aufgaben des Alltags auszuführen. In der Ergotherapie unterstützen wir Sie darin, Handlungen bewusst und zielgerichtet durchzuführen, sei es alleine oder in Gemeinschaft mit anderen. Zudem bieten wir Ihnen eine Auseinandersetzung mit den Bereichen Freizeit, Selbstversorgung und Haushaltsführung an. Damit können Sie sich auf eine optimale, möglichst selbstständige Gestaltung Ihres persönlichen Alltags vorbereiten.

Das Ausführen einer für Sie sinnvollen Tätigkeit kann während einer psychischen Krise eine stabilisierende Wirkung haben. Das konkrete Handeln unterstützt Sie, Antriebslosigkeit oder Ängste zu überwinden, sich von negativen Gedanken abzulenken und dadurch Stimmungsaufhellungen oder Erfolgserlebnisse zu empfinden.

Das Erfahren und Überprüfen Ihrer momentanen Handlungsmöglichkeiten stärkt Ihr Selbstvertrauen und unterstützt Sie, Ihre Fähigkeiten zu erweitern.

Handwerklich-kreative und gestalterische Mittel erlauben Ihnen, Ihre Befindlichkeit auszudrücken und mögliche Freizeitaktivitäten kennenzulernen. Die Durchführung von Aktivitäten des täglichen Lebens stellt eine Vorbereitung auf Ihren Alltag daheim dar. Spezifische Aufgaben am Computer trainieren Ihre kognitiven Fähigkeiten. Im Gespräch mit der Ergotherapeutin oder dem Ergotherapeuten und im Austausch mit der Gruppe setzen Sie sich mit Ihrer Alltagsgestaltung auseinander, reflektieren Ihre Erfahrungen und entwickeln gemeinsam Lösungsstrategien.

Das Ergotherapie-Angebot umfasst Einzel- und Gruppentherapien. In einem Erstgespräch informieren wir Sie über die Inhalte der Behandlung. Ausgehend von Ihren persönlichen Bedürfnissen, Interessen und Zielen wählen wir mit Ihnen das passende Angebot aus.

Direktion Pflege, Therapien und Soziale Arbeit  
Therapien und Soziale Arbeit  
**Ergotherapie**

1000/05.2014

Psychiatrische Universitätsklinik Zürich  
Direktion Pflege, Therapien und Soziale Arbeit  
**Therapien und Soziale Arbeit**  
Lenggstrasse 31, Postfach 1931  
8032 Zürich  
Telefon +41 (0)44 384 23 80  
Telefax +41 (0)44 384 27 21  
Zentrale +41 (0)44 384 21 11  
info-ats@puk.zh.ch  
www.pukzh.ch

Direktorin Pflege, Therapien und Soziale Arbeit:  
Rebekka Gemperle