

## Therapiekonzepte

Die Therapieangebote sind hausübergreifend. Bewohnende aus anderen Häusern der Apollonia Stiftung können an diesen ebenfalls teilnehmen.

Folgende Therapieangebote werden angeboten: Künstlerische Therapien (Kunsttherapie) und Körperbezogene Therapien (Physiotherapie und (Heil-)Eurythmie)

Die therapeutischen Prozesse sind wichtiger Bestandteil der individuellen Begleitung der Bewohnenden während des ganzen Aufenthaltes in der therapeutischen Wohngruppe. Diese Angebote erfordern die Bereitschaft an sich zu arbeiten. Voraussetzung ist die Teilnahme an jeweils mindestens einem körperbezogenen und einem künstlerischen Therapieangebot. Es sind hierbei keinerlei Vorkenntnisse oder besondere Begabungen notwendig. Die Bewohnenden können frei, in Absprache mit der jeweiligen Bezugsperson, die jeweiligen Angebote individuell auswählen. Wir legen grossen Wert darauf, dass psychotherapeutische Angebote extern organisiert werden und bieten bei der Suche nach einem passenden Psychiater Unterstützung an.

### **Künstlerische Therapien:**

#### Kunsttherapie - Atelier

Kunsttherapie ermöglicht innerhalb einer geschützten therapeutischen Beziehung besonders einen nonverbalen Ausdruck sowie den bewussten Zugang zu un- und vorbewussten Inhalten durch den vielfältigen und gezielten Einsatz künstlerischer Mittel.

Das kunsttherapeutische Angebot im Atelier bietet allen Teilnehmenden Raum, sich mit gestalterischen Mitteln frei zu entfalten und auszudrücken. Hierbei sind keinerlei künstlerische Vorkenntnisse oder besondere Begabungen notwendig. Das Atelier ist ein geschützter und wertfreier Raum, der das Können und Befinden der einzelnen Person berücksichtigt. Im Vordergrund steht der individuelle Prozess. Im kreativen Umgang mit Farben und Formen können alle ihren persönlichen Zugang zur Kreativität entdecken.

Jeder teilnehmenden Person stehen auf ihrem schöpferischen Weg viele Materialien zum Malen, Zeichnen, Modellieren und Töpfern zur Verfügung. Persönliche Ressourcen können entdeckt und das Gestalten mit künstlerischen Mitteln als erweitertes Ausdrucksmittel erfahren werden, indem Unaussprechliches über die Gestaltung nach Aussen getragen werden kann.

Eine Kunsttherapeutin und eine Künstlerin bieten einerseits Unterstützung bei gestalterischen und technischen Fragen und können andererseits den Raum für innere Prozesse öffnen, so dass die Personen mit den Mitteln der Kunst Zugang zu ihrer schöpferischen Kraft erhalten.

Alle Teilnehmenden können ihre Gestaltung als Weg nutzen, um sich mit Gefühlen oder persönlichen Erlebnissen auseinanderzusetzen. Das kunsttherapeutische Angebot dient in

diesem Sinne als Probehandlungsfeld, in dem spielerisch über Formen und Farben persönliche Themen behandelt und Veränderungsprozesse eingeleitet werden können. Das Atelier ist ein Ort, wo Ideen entstehen, Inspiration aufblüht und Menschen sich begegnen, sich entspannen, manchmal auch gemeinsam gestalten und einfach sein können. Die Kunsttherapie findet in Gruppen oder auf Wunsch beziehungsweise bei Bedarf als kunsttherapeutische Einzelstunden statt.

### **Körperbezogene Therapien:**

#### Physiotherapie

(von griechisch *phýsis* „Natur“ und *therapeía* „das Dienen, die Bedienung, die Dienstleistung, die Pflege der Kranken“ abgeleitet)

Physiotherapie ist eine Form spezifischen Trainings und der äusserlichen Anwendung von Heilmitteln, mit der vor allem die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des menschlichen Körpers wiederhergestellt, verbessert und erhalten werden soll.

Die Physiotherapie orientiert sich bei der Behandlung an den Beschwerden und den Funktions-, Bewegungs- bzw. Aktivitätseinschränkungen des Patienten, die bei der physiotherapeutischen Untersuchung festgestellt werden. Sie nutzt sowohl diagnostische und auf «clinical reasoning» basierende, wie auch pädagogische und manuelle Kompetenzen des Therapeuten. Gegebenenfalls wird sie ergänzt durch natürliche physikalische Reize (z.B. Wärme, Kälte, Druck, Strahlung, Elektrizität) und fördert die Eigenaktivität (koordinierte Bewegung sowie bewusste Wahrnehmung) des Patienten.

Die Behandlung ist an die anatomischen und physiologischen, motivationalen und kognitiven Gegebenheiten des Patienten angepasst. Dabei zielt die Behandlung einerseits auf die natürliche, physiologische Reaktionen des Organismus (z.B. motorisches Lernen, Muskelaufbau und Stoffwechsellanregungen), andererseits auf ein verbessertes Verständnis der Funktionsweise des Organismus (Dysfunktion/Ressourcen) und auf eigenverantwortlichen Umgang mit dem eigenen Körper ab. Das Ziel ist die Wiederherstellung, Erhaltung oder Förderung der Gesundheit und dabei sehr häufig die Schmerzfreiheit bzw. -reduktion.

Das Angebot der Physiotherapie der Apollonia Stiftung besteht zur Zeit aus:

Verschiedene Gruppenangebote (Gruppengymnastik/Gruppenwalking); verschiedene Einzelangebote (Einzelgymnastik/Einzelwalking/Rhythmische Massage/Lymphdrainage/ Atemtherapie). Je nach Situation und Bedarf kann das Angebot entsprechend ergänzt oder abgeändert werden.

Das Angebot ist auf Montag und Dienstag begrenzt. Bei Bedarf kann von ärztlicher Seite (Grundversicherung!) eine Verordnung zur Physiotherapie verordnet werden. Dadurch können Therapiesitzungen ausserhalb der 25% Anstellung unseres Therapeuten vereinbart werden.

## (Heil-)Eurythmie

Eurythmie (altgr. εὖ *eu* „gut“, „richtig“ und ῥυθμός *rhythμός* „Rhythmus“, εὐρυθμία „richtiges Verhältnis, Ebenmaß, Wohlklang“) <sup>[1]</sup> kann mit „Gleich- und Ebenmaß in der Bewegung“ oder „schöne Bewegung“ übersetzt werden. Die Eurythmie ist eine anthroposophische Bewegungskunst, die als eigenständige Darstellende Kunst und als Teil von Bühneninszenierungen betrieben wird. Die Heileurythmie entstand im Rahmen der anthroposophischen Medizin als eine eigenständige Form.

Heileurythmie ist eine spezielle Therapieform der anthroposophischen Medizin, die seit 1921 von Rudolf Steiner unter Mitarbeit von Ita Wegman aus den Bewegungsformen der Eurythmie entwickelt wurde. Es handelt sich um eine Einzel-Therapie, die von anthroposophischen Therapeuten angeleitet wird. Nach einem Urteil des deutschen Bundessozialgerichts<sup>[13]</sup> können die Kosten für Heileurythmie von den gesetzlichen Krankenversicherungen erstattet werden. Wenige gesetzliche Krankenkassen haben einen Rahmenvertrag über Integrierte Versorgung mit Anthroposophischer Medizin – etwa mit dem Berufsverband Heileurythmie – abgeschlossen, laut dem die Kosten für Heileurythmie regelmäßig vergütet werden.

Im Rahmen der anthroposophisch erweiterten Medizin wird Heileurythmie bei akuten, chronischen oder degenerativen Erkrankungen des Nervensystems, des Herz-Kreislauf-Systems, des Stoffwechselsystems und des Bewegungsapparates angewendet. Weitere Anwendungsgebiete sind kindliche Entwicklungsstörungen und Behinderungen sowie Psychosomatik, Psychiatrie, Augen- und Zahnheilkunde. In der Heileurythmie wird eine Erkrankung als Störung der leiblichen, seelischen und geistig-individuellen Ebenen des Menschen betrachtet. Gezielte Bewegungsübungen sollen die gestörten Bereiche wieder in ein harmonisches Gleichgewicht bringen. Dabei zielen die heileurythmischen Bewegungen auf eine Beeinflussung der Empfindungen des Patienten von außen nach innen, also entgegengesetzt zu dem Vorgang menschlicher Gemütsäußerungen, bei dem sich Empfindungen von innen nach außen durch Mimik und Gestik äußern. Hintergrund ist eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen. <sup>[1]</sup> (Quelle: Wikipedia)