

Viel mehr möglich als erwartet: Erfahrungsbericht Videotherapie

Die Kontaktsperre wegen der COVID-19-Pandemie hat viele Konsequenzen, unter denen die Menschen leiden. Umso mehr, wenn sie alleine sind mit ihrer Isolation, ihren eigenen Ängsten und der allgemeinen Unsicherheit. „Was bereits Gesunde schwer aushalten können, wirkt sich auf Menschen mit einem seelischen oder anderen gesundheitlichen Problemen deutlich schlimmer aus“, beschreiben Renate Kintea und Stephanie Meckes, DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.) die Situation ihrer Patientinnen und Patienten. Die beiden Ergotherapeutinnen und ihr Praxisteam haben zügig begonnen, die Videotherapie in ihrer Praxis zu implementieren. Sie versorgen mittlerweile wieder die Mehrzahl ihrer Patientinnen und Patienten – dank ausreichend medizinischer Schutzkleidung und -maßnahmen zum Teil auch in ihrer Praxis.

Auf einmal ist alles anders: Mit dem Lockdown hat sich für die Menschen in Deutschland das ganze Leben verändert. Personen, die entweder selbst zur Risikogruppe gehören oder mit stark gefährdeten Menschen wie etwa Lungenkranken oder Krebspatienten zusammenleben, sind mittlerweile seit Wochen von der Außenwelt isoliert. Aber auch andere fürchten sich vor einer Ansteckung mit SARS CoV-2. Und zwar so sehr, dass sie trotz einer behandlungsbedürftigen Erkrankung ihre laufende Therapie nicht fortsetzen wollen, weil sie dafür das Haus verlassen müssten. Das sind zum Beispiel Menschen mit einer Angst- und Panikstörung. Wer Angst hat, sich irgendwo anzustecken, nicht weiß, was er überhaupt noch bedenkenlos anfassen kann, wird nur noch damit beschäftigt sein, alles zu desinfizieren. Das macht bereits erzielte Therapieerfolge ebenso zunichte wie erarbeitete Alltagsstrukturen. Nicht besser geht es Menschen mit psychosomatischen Erkrankungen, mit Zwangserkrankungen, mit Traumafolgestörungen und mit Psychosen, um nur einige Beispiele zu nennen. Auch diejenigen, die mit ihrer Existenzangst ohne Job alleine zuhause sitzen oder als alleinerziehende Mutter keine oder kaum Betreuung für ihr Kind haben, profitieren jetzt von einer professionellen telemedizinischen Betreuung durch Ergotherapeuten. Ebenso wie andere, die sich in einer belastenden Lebenssituation befinden, weil sie etwa im Krankenhaus arbeiten und daher mit COVID-19-Infizierten zusammentreffen, also Überträger in die eigene Familie sein können. Da kommt die Entscheidung der Politik, Videotherapie auch bei Ergotherapeuten zuzulassen, gerade rechtzeitig. Für die beschriebenen und viele weitere Betroffene ist eine telemedizinische Unterstützung durch Ergotherapeuten das A und O, um so unbeschadet als möglich durch diese herausfordernde Zeit zu kommen.

Ergotherapie ganz im Zeichen der Pandemie: jeder hilft jedem, alle werden mitgenommen

„Die ersten Tage waren wir fast nur noch am Telefon, um die Flut der Fragen unserer Patientinnen und Patienten zu beantworten“, beschreibt Renate Kintea die Situation am Anfang des Lockdowns. Stephanie Meckes fügt hinzu, dass der Entschluss, Videotherapie anzubieten, schnell gefasst war. Um einerseits weiter möglichst viele Patienten versorgen zu können, andererseits aber auch, um die vielen Terminabsagen zu kompensieren. Technisch aufgerüstet und intern umorganisiert, führen die Ergotherapeutinnen ihre Patientinnen und Patienten zügig an die neue Behandlungsform heran. „Manche sind skeptisch oder ängstlich. Die begleiten wir ganz eng, rufen sie zum Termin im Festnetz an und erklären dann Schritt für Schritt, was gerade zu tun ist, bis die online-Verbindung steht und wir uns auf dem Bildschirm sehen und

begrüßen“, erklärt Stephanie Meckes. Es zeigt sich, dass einige Patientinnen und Patienten so fit am Computer sind, dass sie den Ergotherapeutinnen sogar Tipps geben können. Die betrachten das als einen echten therapeutischen Nutzen der Videotherapie: Ein solches Erfolgserlebnis wirkt aufbauend, verbessert das Selbstwertgefühl von Patienten und beeinflusst den Therapieverlauf positiv. Die Erkrankten erkennen, dass sie zwar seelische oder gesundheitliche Probleme haben, aber auch bestimmte Fähigkeiten besitzen. Durch ihre Kompetenz, etwa in technischen Fragen, können sie ihrer Ergotherapeutin helfen. Der Person, die sonst ihnen, den Patienten hilft.

Videotherapie: Gefühle sichtbar machen und kanalisieren, Dekompensation verhindern

So, wie das bei Ergotherapeuten auch in der Praxis verläuft, ist jede telemedizinische Stunde anders und individuell auf die Bedürfnisse und Anliegen des Gegenübers ausgerichtet. ‚Wo steht die Person gerade‘, ‚Was ist seit dem letzten Videotermin, gegebenenfalls in einer parallellaufenden Psychotherapie, passiert‘ und ‚Was ist jetzt wichtig‘, sind Aspekte, die den Verlauf der Stunde bestimmen. Unabhängig von der Erkrankung geht es oft um Gefühle wie Ohnmacht, Trauer, Angst oder Wut über bestimmte Vorfälle, die sich in der häuslichen Isolation ereignen. Manchmal sind Kinder oder der Partner involviert. „Im therapeutischen Gespräch zeigt sich vieles und wir arbeiten mit den Patienten daran – verbal oder indem sie eine künstlerische oder handwerkliche Arbeit anfertigen. So gelingt es, Druck abzubauen und das was sich aufgestaut hat, zu kanalisieren“, veranschaulicht Renate Kintea die Arbeit von Ergotherapeuten gegen Dekompensation und für Stabilisierung. Oft geht es auch darum, erreichte Therapieerfolge wenigstens zu erhalten oder vielleicht sogar weiter auszubauen. „Unsere Patientinnen und Patienten sind unglaublich motiviert und fragen nach zusätzlichen Möglichkeiten, um weiter an ihren Themen zu arbeiten“, berichtet Stephanie Meckes. So beginnen viele Therapiestunden damit, dass die Patienten schildern oder präsentieren, was sie seit dem letzten Mal geschafft haben. Sie sind stolz auf ihre eigene Leistung.

Fazit der Ergotherapeutinnen

„Unsere Patientinnen und Patienten sind von Herzen dankbar, dass sie ihre Therapie fortsetzen können, auch auf digitalem Weg. Diese Form der Behandlung stellt eine große Stütze und Unterstützung in dieser schwierigen Zeit dar. Wir sind davon überzeugt, dass wir in einigen Fällen sogar eine Klinikeinweisung abwenden konnten; ein auch aus wirtschaftlicher Sicht positiver Aspekt der Videotherapie. Daher hoffen und wünschen wir uns, dass wir Ergotherapeuten auch künftig diese Möglichkeit der Telemedizin anbieten dürfen.“

Weitere Informationen und Ergotherapeuten vor Ort gibt es auf der Homepage des Verbands (dve.info); Aktuelles auch auf facebook ([der dve](https://www.facebook.com/dve)) und twitter ([DVEergotherapie](https://twitter.com/DVEergotherapie))

Ansprechpartnerin für die Presse: Angelika Reinecke, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit des DVE e.V. Telefon: 033335 – 303033, E-Mail: a.reinecke@dve.info



Die Ergotherapeutin Renate Kintea freut sich über viele positive Effekte und Therapieerfolge durch die Videotherapie. Das Wichtigste: Die Patienten profitieren ungemein von der therapeutischen Stütze und Unterstützung in diesen herausfordernden Zeiten. (© DVE/ Kintea)



Stephanie Meckes weiß die Bemühungen des DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.) zu schätzen: Der Verband hat im Vorfeld die Anbieter von Videotherapien selektiert und vieles vor- und aufbereitet. Auch über die Unterstützung der Stadt Mannheim freut sie sich: Hier findet derzeit eine wöchentliche Versorgung mit Schutzkleidung und -masken statt. (© DVE/ Meckes)



Für Patientinnen, die keine körpernahe Therapie brauchen, ist eine ergotherapeutische Videotherapie zielführend; gegebenenfalls begleitend zur Psychotherapie. Ergotherapeuten sind oft ihre einzige Anlaufstelle, was während der Corona-Pandemie wichtig zur Dekompensation ist oder um einen Klinikaufenthalt abzuwenden. (© DVE)



Wenn nötig begleiten Ergotherapeuten ihre Patientinnen und Patienten Schritt für Schritt, bis die Verbindung für die Videotherapie steht, die Personen auf dem Bildschirm erscheinen. (© DVE)



Ein Teil der ergotherapeutischen Arbeit: neben der Krisenbewältigung geht es auch um Ressourcenaktivierung. Wem etwas gelingt, wer über Erfolgserlebnisse und Therapiefortschritte berichten kann, ist gestärkt. Und übersteht die Zeit bis zum nächsten Videotermin besser. (© DVE)



Ergebnis einer ergotherapeutischen Stunde über Video: Eine Patientin, die ihre schwierigen Gefühle auf diese Art ausdrücken, Druck ablassen und sich mitteilen konnte, hat das Bild gemalt. Und so geschafft, ihrer Angst und ihrer Wut Raum zu geben. (© DVE)