

SUPSI
University of Applied Sciences and Arts of
Southern Switzerland

Ergotherapie Impulse
Therapie
Forschung
Schulung
Projekte
www.ergotherapie-impulse.ch

KLINIKEN VALENS
REHAB

REHAB Basel
Klinik für Neurorehabilitation und Paraplegiologie

Energiemanagement-Schulung (EMS) für Menschen mit Fatigue



Gesamtprojektleitung: Ruth Hersche (SUPSI) & Andrea Weise (Ergotherapie Impulse)

SUPSI
Laboratorio di ricerca in riabilitazione

Ergotherapie Impulse
Therapie
Forschung
Schulung
Projekte
www.ergotherapie-impulse.ch

KLINIKEN VALENS

Entwicklungs- und Forschungsprojekt I (Sept. 2016 – Juni 2017)

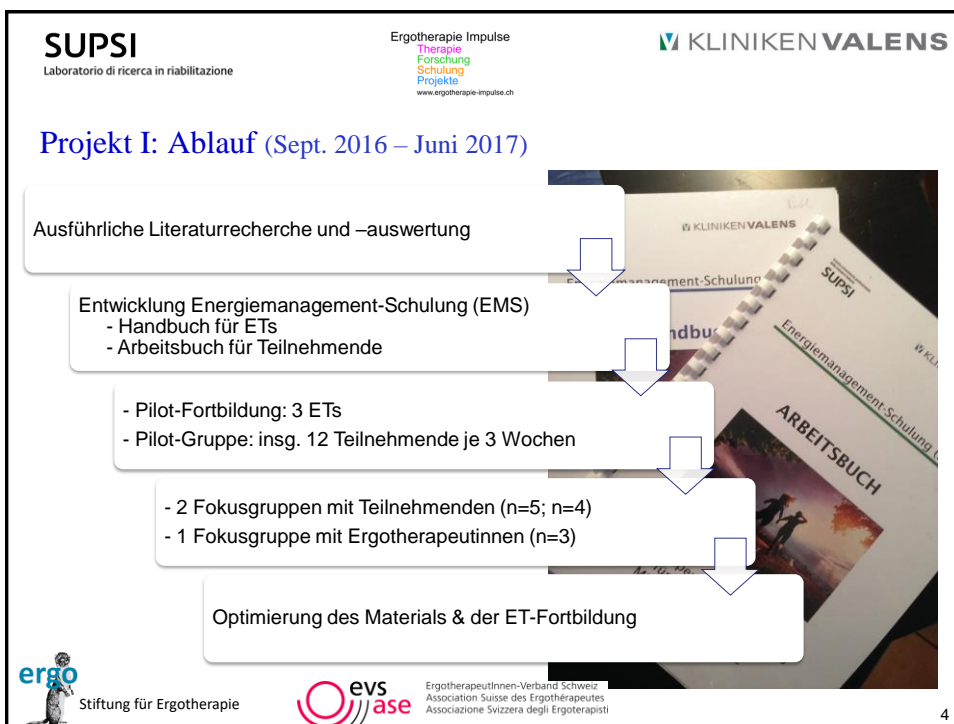
Ziel: Transfer wissenschaftlicher Ergebnisse in die klinische Praxis

- Entwicklung Patientenedukation in Gruppen für Menschen mit MS in stationärer Rehabilitation
- Basis: Evidenzen zum Fatiguemanagement & erfolgreichen Verhaltensänderungen, sowie Wissen zu Patientenedukation & Empowerment
- Erprobung des Materials im klinischen Alltag
- Optimierung nach Fokusgruppenbefragungen

Finanzielle Unterstützung durch:  ErgotherapeutInnen-Verband Schweiz
Association Suisse des Ergothérapeutes
Associazione Svizzera degli Ergoterapisti

 Stiftung für Ergotherapie

3



SUPSI
Laboratorio di ricerca in riabilitazione

Ergotherapie Impulse
Therapie
Forschung
Schulung
Projekte
www.ergotherapie-impulse.ch

KLINIKEN VALENS

Energiemanagement-Schulung (EMS): Fokus

- Trotz Fatigue befriedigende Alltagsgestaltung -> pro-aktiver Umgang mit Fatigue
- Kontrolle über Erschöpfung erlangen um negative Auswirkungen auf individuellen Alltag zu reduzieren
- Perspektivenwechsel:

Energiekonto

plus

minus

 - Zur Verfügung stehende Energie bewusst verwalten
 - Alltag in allen Bereichen wirksam reorganisieren
 - Energie bewusst einsetzen, aber auch sparen & regenerieren
- Genereller Fokus auf Kernthema Ergotherapie: Alltagsaktivitäten

Ruth Hersche & Andrea Weise

5



SUPSI
Laboratorio di ricerca in riabilitazione

Ergotherapie Impulse
Therapie
Forschung
Schulung
Projekte
www.ergotherapie-impulse.ch

KLINIKEN VALENS

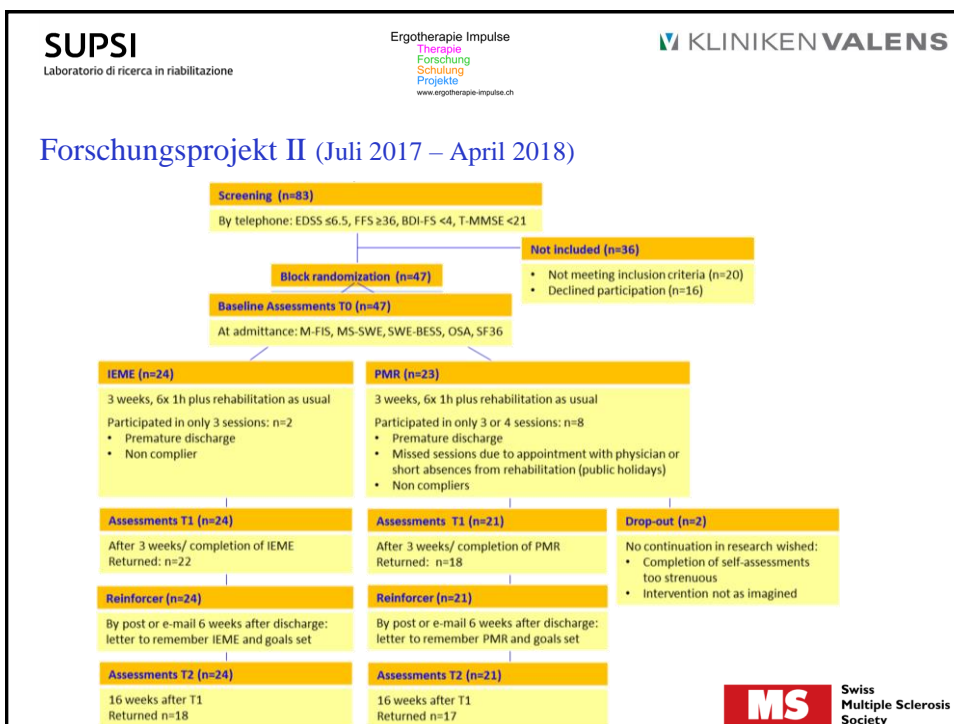
Forschungsprojekt II (Juli 2017 – April 2018)

Ziel: Wirksamkeitsüberprüfung einleiten

- Machbarkeitsstudie mit RCT-Design
- Kontrollintervention: Progressive Muskelrelaxation (Jacobsen)

Finanzielle Unterstützung durch: **MS** Swiss Multiple Sclerosis Society

7



SUPSI
Laboratorio di ricerca in riabilitazione

Ergotherapie Impulse
Therapie
Forschung
Schulung
Projekte
www.ergotherapie-impulse.ch

KLINIKEN VALENS

Publikationen

- Gesamtprojekt: in EVS- und DVE-Zeitschrift (2018 bzw. Jan. 2019)
- Wissenschaftliches Projekt I (Entwicklung & Fokusgruppen):
 - Vorträge und Poster auf relevanten Kongressen
 - *Journal of MS Care*: online pre-published Nov 2018
- Wissenschaftliches Projekt II (Machbarkeitsstudie, RCT-Design):
 - Vorträge und Poster auf relevanten Kongressen
 - *Multiple Sclerosis & Related Disorders*: März 2019 minor considerations
April 2019 geändert eingereicht

Finanzielle Unterstützung durch:

evs ErgotherapeutInnen-Verband Schweiz
ase Association Suisse des Ergothérapeutes
Associazione Svizzera degli Ergoterapisti

MS Swiss Multiple Sclerosis Society

ergo Stiftung für Ergotherapie

9

Entwicklungsprojekt III (Juli – Dezember 2018)

Ziel: **Praktikables Material für EMS-Gruppen mit allen stationären Patienten**

- Ausführliche Literaturrecherche zu Fatigue & Fatigue-Management bei diversen Diagnosen
- Weiterentwicklung EMS-Materialien: wirksames, evidenzbasiertes Energiemanagement bei Fatigue, unabhängig von ursächlicher Erkrankung
- Erprobung im klinischen Alltag & Optimierung



Finanzielle Unterstützung: Stiftung für Ergotherapie

Ruth Hersche & Andrea Weise

10

Entwicklungsprojekt IV (Januar – April 2019)

Ziel: **Praktikables Material für EMS-Gruppen mit ambulanten Patienten**



11

Verbreitung

Ziel: EMS-Gruppen-Angebote für alle Patienten mit Fatigue in der Schweiz

- Übersetzung ins Italienische: im November 2018 mit Unterstützung durch SUPSI fertiggestellt
- Übersetzung ins Französische: seit Januar 2019 mit Unterstützung vom EVS; Fertigstellung erwartet: 2. Halbjahr 2019
- Listen mit EMS-Ergotherapeutinnen/-therapeuten, z.B. bei MS-Gesellschaft

Kurse:

- Laufend öffentlich ausgeschrieben bei diversen Anbietern im Tessin, Deutsch-Schweiz, Österreich & Deutschland: 2-tägig, amb. & stationäre ETs
 - Ab 2020 auch in der französisch-sprachigen Schweiz
- Massgeschneiderte «in house» Schulungen & Unterstützung bei der Implementation jederzeit auf Anfrage möglich

Übersicht aller Angebote auf: www.ergotherapie-impulse.ch -> Schulung

12

Theoretischer Unterbau I: Patientenedukation & Empowerment

(Lorig & Holman 2003; WHO, Nutbeam 1998)

Personen befähigen:

- Selbst passende Lösungen zu eigenen Problemen/Herausforderungen zu finden
- Bewusst und informiert Entscheidungen zu treffen
- Ressourcen zu kennen und zu nutzen
- Partnerschaftlich zusammenzuarbeiten mit Health Professionals

Patientenedukation zielt nicht (nur) auf Wissensvermittlung, sondern vor allem auf die Einleitung einer Verhaltensänderung.

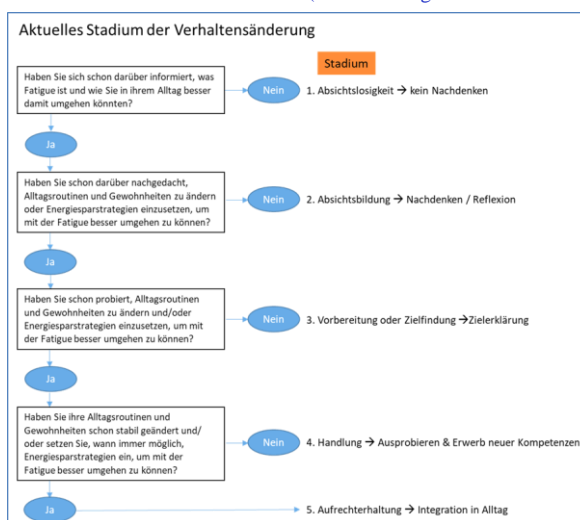
Empowerment unterstützt Individuen oder Gruppen dabei, mehr Kontrolle über Entscheidungen bezüglich Ihrer Gesundheit zu haben und damit verbundenen Schritten in der Prävention, Behandlung und/oder dem Management von bspw. Symptomen.

Ruth Hersche & Andrea Weise

13

Theoretischer Unterbau II: Verhaltensveränderung

(in Anlehnung an Di Clemente & Prochaska 1982)



14

Theoretischer Unterbau III: Selbstwirksamkeit(serwartung)

(Bandura 1997)

Überzeugung einer Person, auch schwierige Situationen und Herausforderungen aus eigener Kraft erfolgreich bewältigen zu können

- Ohne Selbstwirksamkeits-Überzeugung werden Herausforderungen oft nicht in Angriff genommen

Verstärkung der Selbstwirksamkeits-Überzeugung über:

- Hindernisse erfolgreich überwinden
- Beobachten von erfolgreichen Modellpersonen
- Stärkung innerhalb sozialer Gruppen
- Abbau von Stress & Angst bei der Durchführung einer neuen Aufgabe

SUPSI

Laboratorio di ricerca in riabilitazione

Ergotherapie Impulse
Therapie
Forschung
Schulung
Projekte
www.ergotherapie-impulse.ch

Theoretischer Unterbau IV: Motivierende Gesprächsführung/ Moderation

(Miller & Rollnick Jahreszahl)

- Offenheit
- Reflektierend zuhören; paraphrasieren
- Unterstützung, Bestätigung & Anerkennung
- Informationen anbieten
- Ambivalenzen aufzeigen (Pro und Contra)
- Ressourcen aufzeigen
- Autonomie befürworten

Ruth Hersche & Andrea Weise

16

SUPSI

Laboratorio di ricerca in riabilitazione

Ergotherapie Impulse
Therapie
Forschung
Schulung
Projekte
www.ergotherapie-impulse.ch