

## [Pracownia Terapii Zajęciowej \[1\]](#)

### **Zajęcia w Pracowni Terapii Zajęciowej skierowane s? do wszystkich pacjentów ?CO oraz ich bliskich.**

**Terapia Zajęciowa** – jest działaniem wielokierunkowym opartym na wykorzystaniu tkwi?cego w ka?dym cz?owieku potencja?u rozwojowego maj?cego ?ród?o w naturalnych si?ach witalnych organizmu, niezale?nie od stopnia niepe?nosprawno?ci. Daje ka?demu uczestnikowi szans? wyra?enia siebie w dost?pnej i indywidualnej formie, okre?lonej jego wewn?trznymi i zewn?trznymi predyspozycjami.

Istot? terapii jest leczenie i usprawnianie za pomoc? okre?lonych czynno?ci, zaj?? i prac, które maj? warto?? kształ?c??, lecznicz?, relaksacyjn?. Rozwija umiej?tno?ci poznawcze, pobudza do twórczo?ci, poprawia koordynacj? wzrokowo-ruchow?, ?wiczy koncentracj? uwag?. Pomaga w procesie powrotu do zdrowia i polepszeniu jako?ci ?ycia pacjenta.

Osoby zainteresowane popraw? jako?ci swojego ?ycia, radzeniem sobie ze stresem i skuteczn? profilaktyk? zdrowia  
Zapraszamy

#### **Kadra Pracowni Terapii Zajęciowej:**

Joanna Grzesik-Deska – mgr pedagogiki – specjalno??: rewalidacja z terapi? pedagogiczn?, terapeuta zajęciowy, uko?czy?a studia podyplomowe z psychoonkologii w Akademii Ignatianum w Krakowie.

Edyta Bzdrenga – terapeuta zajęciowy

Pawe? Pilkiwicz – mgr pedagogiki, terapeuta zajęciowy, Trener Szkole? w Zakresie Psychoonkologii PTPO

#### **Kontakt:**

Kielce, ul. Artwi?skiego 3, ?wi?tokrzyskie Centrum Onkologii w Kielcach (Zak?ad Psychoonkologii – Pracownia Terapii Zajęciowej, Gabinet 111, I pi?tro)

Kontakt: tel. (41) 367-40-42

<https://www.facebook.com/TerapiaZajeciowaSCO> [2]

### **HARMONOGRAM PRACY**

#### **W PRACOWNI TERAPII ZAJ?CIOWEJ ?CO.**

| Poniedzia?ek |                                                                                     | Wtorek      |                                                                                              |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08:00-09:00  | Konsultacje w sprawie opieki socjalno-bytowej (E. Bzdrenga)                         | 08:00-09:00 | Konsultacje w sprawie opieki socjalno-bytowej (E. Bzdrenga)                                  |
| 09:00-12:00  | zaj?cia z arteterapii z psychoedukacj?                                              | 09:00-12:00 | Paca w Dzia?ach Klinicznych ?CO (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiwicz)                |
| 12:00-12:15  | przerwa                                                                             | 12:00-12:15 | przerwa                                                                                      |
| 12:15-14:00  | zaj?cia relaksacyjne z psychoedukacj? (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiwicz) | 12:15-14:00 | zaj?cia z arteterapii z psychoedukacj? (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiwicz)         |
| ?roda        |                                                                                     | Czwartek    |                                                                                              |
| 08:00-09:00  | Konsultacje w sprawie opieki socjalno-bytowej (E. Bzdrenga)                         | 08:00-09:00 | Konsultacje w sprawie opieki socjalno-bytowej (E. Bzdrenga)                                  |
| 09:00-12:00  | zaj?cia z arteterapii z psychoedukacj?                                              | 09:00-12:00 | zaj?cia z terapii Simontonowskiej z relaksacj? (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiwicz) |

## HARMONOGRAM PRACY

## W PRACOWNI TERAPII ZAJĘCIOWEJ ?CO.

|                                                                                                   |                                                                                                                                         |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiewicz)                                                    | 12:00-13:00                                                                                                                             | Konsultacje w |
| 12:00-12:15 przerwa                                                                               | sprawie opieki socjalno-bytowej (E. Bzdrenga)                                                                                           |               |
| 12:15-14:00 zajęcia relaksacyjne z psychoedukacją (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiewicz)  | 13:00-14:00 grupa wsparcia psychospołecznego dla pacjentów onkologicznych i ich bliskich (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiewicz) |               |
| Piątek                                                                                            |                                                                                                                                         |               |
| 08:00-09:00                                                                                       | Konsultacje w                                                                                                                           |               |
|                                                                                                   | sprawie opieki socjalno-bytowej (E. Bzdrenga)                                                                                           |               |
| 09:00-12:00 zajęcia z arteterapii z psychoedukacją (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiewicz) |                                                                                                                                         |               |

**Zajęcia z arteterapii** – terapia przez sztukę. Zadaniem arteterapii jest wspomaganie procesu leczenia, jest stosowana także jako metoda rozwoju osobistego. Jest stosowana między dla osób z niepełnosprawnościami i chorób, przy problemach fizycznych, poznawczych i neurologicznych, oraz trudnościach psychospołecznych związanych z [chorobami somatycznymi](#) [3] (np. chorobami nowotworowymi).

**Zajęcia relaksacyjne** – to zajęcia uczące pacjenta „wchodzenie” w stan relaksu. Relaksacja osiągnięta może być w procesie treningu relaksacyjnego. Zwykle uczenie relaksacji polega na rozluźnianiu grup mięśni, spowolnieniu oddechu i oddychaniu brzuszne. Treningi relaksacyjne są formą (autoterapii) i stosowane są, między innymi, w psychoterapii behawioralnej, leczeniu bezsenności, redukowaniu stresu, depresji, lęku, bólów głowy.

**Racjonalna Terapia Zachowania** – jest jedną z metod terapeutycznych, najczęściej stosowaną w pracy z pacjentami onkologicznymi. RTZ to metoda pracy z pacjentami za pomocą zmiany negatywnych przekonań na zdrowe. Jest to [metoda pracy z emocjami](#) [4], służąca lepszym myśleniom i przekonaniom oraz zmianie zachowania. **RTZ pozwala szybko reagować na praktyczne problemy pacjenta równolegle pomagając krok po kroku rozwijać bardziej zdrowe – i często leżące u podstaw tamtych – problemy osobowościowe.**

**Psychoedukacja** – Celem psychoedukacji jest lepsze zrozumienie przez pacjenta własnego stanu zdrowia psychicznego. Wzmacnia się również mocne strony pacjenta i jego własne zasoby w radzeniu sobie z chorobą, by zapobiec nawrotom i podwyższyć jego [dobrostan](#) [5] w długiej perspektywie czasowej. U podstaw takich oddziaływań leży założenie, że zwiększając [wiedzę](#) [6] na temat własnego stanu zdrowia konsument (pacjent) może sobie lepiej z nim radzić.

**Spotkanie w sprawie socjalno-bytowej** – udzielanie informacji na temat pozyskania świadczeń z pomocy społecznej, ZUS, KRUS oraz zespołów orzekania o stopniu niepełnosprawności.

**Wsparcie psychospołeczne** – jest krótkoterminową formą pomocy, która obejmuje pacjentów onkologicznych i ich bliskich. Zajęcia 60 minut, raz w tygodniu. Celem zajęć jest wzajemna wymiana doświadczeń, które pomagają lepiej radzić sobie pacjentom i ich bliskim okresie powrotu do zdrowia.

**Pracownia Terapii Zajęciowej – pok. 111 pierwsze piętro**

**Tel. 41-367-40-42**

**Ze wzgl?du na obostrzenia sanitarne, zaj?cia odbywaj? si? w grupach pi?cioosobowych.**

Centrum

---

**Source URL:**<https://www.onkol.kielce.pl/pl/centrum/pracownia-terapii-zajeciowej?mini=2021-10>

#### **Links**

[1] <https://www.onkol.kielce.pl/pl/centrum/pracownia-terapii-zajeciowej> [2]

<https://www.facebook.com/TerapiaZajeciowaSCO> [3] [https://pl.wikipedia.org/wiki/Choroba#Klasyfikacja\\_chorób](https://pl.wikipedia.org/wiki/Choroba#Klasyfikacja_chorób) [4]

<https://www.annadobosz.pl/technika-uwalniania-hawkinsa-medytacja/> [5]

[https://pl.wikipedia.org/wiki/Jako??#Jako??\\_?ycia](https://pl.wikipedia.org/wiki/Jako??#Jako??_?ycia) [6] <https://pl.wikipedia.org/wiki/Wiedza>