

[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?COWEJ ?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	13:00-14:00 grupa wsparcia psychospołecznego dla	
psychoedukacji (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P.	pacjentów onkologicznych i ich bliskich (E. Bzdrenga, J.	
Pilkiewicz)	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 psychoedukacji (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 złożone – 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=2022-11>

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 [4]

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

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