

Ergotherapeutische Praxis

Marcus Raible

- Fühlen Sie sich **unsicher, ängstlich** und meiden neue sowie unbekannte Situationen?
- Fällt es Ihnen häufig schwer sich zu **konzentrieren** und sind Sie leicht **ablenkbar**?
- Fehlt Ihnen der **Antrieb** für bestimmte Arbeiten oder lassen sich diese nicht strukturieren?
- Geraten Sie wiederkehrend in **Konflikte** und können sich einfach nicht erklären warum?
- Spielt Ihnen Ihr **Gedächtnis** oft einen Streich?
- Haben Sie die Befürchtung **abgelehnt** zu werden oder Dinge **falsch zu machen**?
- Spiegelt Ihr **Essverhalten** Ihren Gemütszustand?
- Sind Sie oft **unruhig und rastlos**?



**Ergotherapie im
Erwachsenenalter**
für mehr Lebensqualität
und Selbstständigkeit



Ergotherapeutische Praxis

Marcus Raible

staatlich geprüfter Ergotherapeut
Verhaltenstrainer - Lerntainer

Bonner Talweg 42 | 53113 Bonn
Tel.: 0228-92678833 | Fax: 0228-92678834
info@ergotherapie-raible.de



Liebe Interessenten,

Ergotherapeuten begleiten Menschen jeden Alters, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt sind und Schwierigkeiten bei alltäglichen Aufgaben haben.

Der Inhalt der Übungseinheiten wird individuell auf Sie angepasst. Um Ihre Ziele zu erreichen, stehen unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung:

- Begleitete allmähliche Konfrontation mit angstauslösenden Situationen.
- Kommunikationstraining, zum Beispiel in Vorbereitung auf ein Bewerbungsgespräch, eine Prüfung oder zur Rekonstruktion von Konfliktsituationen (in der Familie, dem beruflichen oder privaten Umfeld), etc.
- Anleitung und Durchführung von Stressbewältigungsstrategien, Meditations- und Entspannungstechniken.
- Videounterstütztes Verhaltenstraining zur Erfassung Ihrer bewussten und unbewussten Verhaltensweisen, wodurch Ihre Selbstreflexion gefördert wird und Möglichkeiten zur Verbesserung von Situationen erarbeitet werden können.



- Hilfestellung im häuslichen Bereich, beispielsweise bei Schwierigkeiten der Selbststrukturierung und Ordnung Ihres häuslichen Umfeldes.
- Einbezug kreativer Techniken zur Bewusstmachung und Festigung erarbeiteter Behandlungsinhalte.
- Entwicklung neuer Gedankenansätze zur Lösung alt bekannter Schwierigkeiten.

Wir freuen uns auf ein Informationsgespräch.

Mit freundlichen Grüßen

Marcus Raible

staatl. anerkannter Ergotherapeut
Verhaltenstrainer
Lerntrainer