

Unser Team

Unser Team besteht aus gut ausgebildeten Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten. Wir verfügen über umfassende Erfahrung in der Begleitung von Menschen, die psychische Herausforderungen bewältigen.

Unser Team bildet sich regelmäßig in verschiedenen Fachbereichen, wie zum Beispiel Kommunikation oder psychischer Gesundheit, fort.

Zusätzlich nehmen wir an Supervisionen teil, um die Qualität unserer Arbeit ständig zu verbessern.



Das erwartet Sie

Vertraulichkeit und Empathie

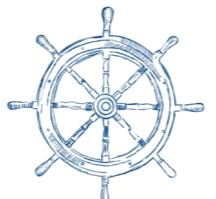
Ihre persönlichen Anliegen und Herausforderungen werden respektiert und in einem sicheren Rahmen besprochen.

Individuelle Betreuung

Ihre Therapie wird ganz auf Ihre Bedürfnisse und Ziele abgestimmt. Sie sind Expert:in für Ihr Leben, wir helfen Ihnen, die passenden Lösungen zu finden.

Flexibilität und Anpassungsfähigkeit

Wir gehen mit Ihnen den Weg in Ihrem Tempo und passen die Therapie fortlaufend an Ihre Bedürfnisse an.



Terminabsprache

Therapielotsen

Therapiezentrum für Ergotherapie, Logopädie und Physiotherapie Frankfurt

Königsberger Straße 2
60487 Frankfurt a.M.

Tel: 069 / 97 05 22 93
Fax: 069 / 97 05 22 97

E-Mail: frankfurt@therapielotsen.de
Website: www.therapielotsen.de

Ansprechpartner zu fachlichen Fragen:

Karsten Schröder, Ergotherapeut, B.A.
Interdisziplinäre Physiotherapie/Motologie/
Ergotherapie, Fachtherapeut Psychiatrie

Telefon: 0155 60609708
E-Mail: k.schroeder@therapielotsen.de



THERAPIELOTSEN

Therapiezentrum für
Ergotherapie, Logopädie
und Physiotherapie

Ihre Unterstützung bei
psychischen Herausforderungen

Wir helfen Ihnen, den Alltag
besser zu bewältigen.



Ergotherapie für Menschen mit psychischen Erkrankungen

Wir arbeiten mit Menschen, die mit psychischen Erkrankungen wie z.B. Depressionen, den Folgen von Covid-Erkrankungen, Angststörungen, posttraumatischen Belastungsstörungen oder Schizophrenie leben.

Wenn Sie mit psychischen Erkrankungen zu kämpfen haben, wissen Sie, wie schwierig es sein kann, den Alltag zu meistern. Oft ist es schwer, Entscheidungen zu treffen, den Tag zu strukturieren oder mit emotionalen und sozialen Herausforderungen umzugehen. Hier kommen wir ins Spiel.

Unsere Therapie hilft Ihnen, die Herausforderungen des Alltags besser zu verstehen und zu meistern.

Wir bieten maßgeschneiderte therapeutische Unterstützung, die speziell auf Ihre Bedürfnisse und Lebenssituation abgestimmt ist.

Unser Ziel ist es, Ihnen zu helfen, Alltagskompetenzen zu fördern, Ihre Selbstständigkeit zu steigern und Lösungen für Ihre individuellen Herausforderungen zu finden.



Was wir tun

Individuelle Ergotherapie

Wir bieten eine ganzheitliche, praxisorientierte Therapie, die Ihnen hilft, alltägliche Schwierigkeiten zu bewältigen. Gemeinsam erarbeiten wir Lösungen für konkrete Probleme, wie zum Beispiel Schwierigkeiten bei der Strukturierung des Tages, der Aufgabenbewältigung oder der Integration in das soziale Leben.

Was wir leisten können

Alltagsstrategien entwickeln

Wir helfen Ihnen, praktische Strategien für die Bewältigung von Alltagsproblemen zu entwickeln und diese umzusetzen (z.B. bei der Strukturierung des Tages, dem Umgang mit Stress oder der Organisation von Aufgaben).

Psychoedukation in Bezug auf die Schwierigkeiten im Alltag

Wir erarbeiten mit Ihnen, wie Herausforderungen im Alltag durch Ihre psychische Erkrankung beeinflusst werden können. Dadurch gewinnen Sie ein besseres Verständnis für sich selbst und Ihre herausfordernde Situation.

Beratung und Unterstützung bei der Entscheidung

Wir unterstützen Sie bei wichtigen Entscheidungen, indem wir mit Ihnen zusammen verschiedene Optionen abwägen und mögliche Konsequenzen reflektieren.

Unsere Therapieansätze

Alltagsnahe Therapie

Unsere Therapieform konzentriert sich auf die alltäglichen Herausforderungen. Sie können aktiv und selbstbestimmt an einer Lösung Ihrer Alltagsprobleme arbeiten.

Personzentrierte Therapie

In der Therapie stehen Sie als Person im Mittelpunkt. Gemeinsam erarbeiten wir konkrete Lösungen, die zu Ihren individuellen Bedürfnissen und Zielen passen, damit diese direkt in den Alltag integriert werden können.

Gesprächsorientierte Therapie

Sie können Ihre Gedanken, Sorgen und Wünsche mit uns teilen. Wir hören aktiv zu und helfen, Ihre Anliegen für den Alltag zu reflektieren, um diese mit individuellen Lösungen in die Tat umsetzen zu können.

Was wir nicht leisten können

Wir bieten keine Psychotherapie an und damit keine Aufarbeitung tief liegender psychischer Probleme oder Traumata. Für diese Themen empfehlen wir eine psychotherapeutische Behandlung.

Wir verwenden keine aufdeckenden oder tiefenpsychologischen Techniken, die auf die Ursachen psychischer Erkrankungen abzielen.

Unser Therapieprozess

Erstgespräch und Zielsetzung

In den ersten Gesprächen ermitteln wir zusammen Ihre persönlichen Bedürfnisse, Wünsche und Ziele, die Sie im Alltag haben.

Individuelle Strategien entwickeln

Basierend auf Ihren Zielen entwickeln wir gemeinsam Strategien, die auf Ihre Alltagsprobleme zugeschnitten sind. Dabei arbeiten wir mit bewährten Modellen, um die Wirksamkeit der Strategien kontinuierlich zu überprüfen und anzupassen.

Praktische Umsetzung und Begleitung

Wir begleiten Sie Schritt für Schritt bei der Umsetzung der entwickelten Strategien im Alltag.

Reflexion und Anpassung

Gemeinsam reflektieren wir regelmäßig Ihre Fortschritte und passen die Therapie an, um sicherzustellen, dass Sie auf dem richtigen Weg sind. Wir gehen flexibel mit den „Ups and Downs“ um, die bei psychischen Herausforderungen auftreten.

