

## [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 ZAJ?CIOWEJ ?CO.

|                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiewicz)<br>12:00-12:15 przerwa<br>12:15-14:00 zaj?cia relaksacyjne z<br>psychoedukacj? (E. Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P.<br>Pilkiewicz) | 12:00-13:00<br>Konsultacje w<br>sprawie opieki socjalno-bytowej (E. Bzdrenga)<br>13:00-14:00 grupa wsparcia psychospo?ecznego dla<br>pacjentów onkologicznych i ich bliskich (E. Bzdrenga, J.<br>Grzesik-Deska, P. Pilkiewicz) |
| Pi?tek                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                |
| 08:00-09:00<br>Konsultacje w<br>sprawie opieki socjalno-bytowej (E.<br>Bzdrenga)                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                |
| 09:00-12:00 zaj?cia z arteterapii z psychoedukacj? (E.<br>Bzdrenga, J. Grzesik-Deska, P. Pilkiewicz)                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                |

**Zaj?cia z arteterapii** – terapia przez sztuk?. Zadaniem arteterapii jest wspomaganie procesu leczenia), jest stosowana tak?e jako metoda rozwoju osobistego. Jest stosowana mi?dzy dla osób z niepe?nosprawno?ci? i chorob?, przy problemach fizycznych, poznawczych i neurologicznych, oraz trudno?ciach psychospo?ecznych zwi?zanych z [chorobami somatycznymi](#) [3] (np. chorobami nowotworowymi).

**Zaj?cia relaksacyjne** – to zaj?cia ucz?ce pacjenta „wchodzenie” w stan relaksu. Relaksacja osi?gana mo?e by? w procesie treningu relaksacyjnego. Zwykle uczenie relaksacji polega na rozlu?nianiu grup mi??ni, spowolnieniu oddechu i oddychaniu brzuszny. Treningi relaksacyjne s? form? (autoterapii) i stosowane s?, mi?dzy innymi, w psychoterapii behawioralnej, leczeniu bezsenno?ci, redukowaniu stresu, depresji, l?ku, bólów g?owy.

**Racjonalna Terapia Zachowania** – jest jedn? z metod terapeutycznych, najcz??ciej stosowan? w pracy z pacjentami onkologicznymi. RTZ to metoda pracy z pacjentami za pomoc? zmiany negatywnych przekona? na zdrowe. Jest to [metoda pracy z emocjami](#) [4], s?u??ca lepszym my?lom i przekonaniom oraz zmianie zachowania. **RTZ pozwala szybko reagowa? na praktyczne problemy pacjenta równolegle pomagaj?c krok po kroku rozwi?zywa? bardziej z?o?one – i cz?sto le??ce u pod?o?a tamtych – problemy osobowo?ciowe.**

**Psychoedukacja** – Celem psychoedukacji jest lepsze zrozumienie przez pacjenta w?asnego stanu zdrowia psychicznego. Wzmacnia si? równie? mocne strony pacjenta i jego w?asne zasoby w radzeniu sobie z chorob?, by zapobiec nawrotom i podwy?szy? jego [dobrostan](#) [5] w d?ugiej perspektywie czasowej. U podstaw takich oddzia?ywa? le?y za?o?enie, ?e z wi?ksz? [wiedz?](#) [6] na temat w?asnego stanu zdrowia konsument (pacjent) mo?e sobie lepiej z ni? radzi?.

**Spotkanie w sprawie socjalno-bytowej** – udzielanie informacji na temat pozyskania ?wiadcze? z pomocy spo?ecznej, ZUS, KRUS oraz zespo?ów orzekania o stopniu niepe?nosprawno?ci.

**Wsparcie psychospo?eczne** – jest krótkoterminow? form? pomocy, która obejmuje pacjentów onkologicznych i ich bliskich. Zaj?cia 60 minut, raz w tygodniu. Celem zaj?? jest wzajemna wymiana do?wiadcze?, które pomagaj? lepiej radzi? sobie pacjentom i ich bliskim okresie powrotu do zdrowia.

**Pracownia Terapii Zaj?ciowej – pok. 111 pierwsze pi?tro**

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

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

Centrum

---

**Source URL:**<https://onkol.kielce.pl/pl/centrum/pracownia-terapii-zajeciowej?mini=2021-04>

#### **Links**

[1] <https://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>