

Creatieve coaching tijdens uw opname

Individueel of in groepsverband door middel van activiteitentherapie

U bent langere tijd opgenomen in het Maastricht UMC+. Misschien is creatieve coaching binnen het Activiteitencentrum voor therapie en begeleiding iets voor u. Hier werken wij met creatieve materialen maar u hoeft niet kunstzinnig te zijn. Deze therapie is voor iedereen geschikt en wordt als verrassend en verhelderend ervaren door patiënten. U kunt individueel of in groepsvorm deelnemen. Wij komen bij u op de kamer of u komt naar onze therapieruimte.



Werken met creatieve materialen

Waarom creatieve coaching?

Aandacht aan u als persoon staat bij ons centraal. Gevoelens waar u niet direct woorden aan kunt verbinden, kunnen op een creatieve manier wel tot uiting komen. U creëert vooral vanuit uzelf. U kunt uw eigen mogelijkheden ontdekken en weer plezier beleven door positief bezig te zijn. Hierdoor vergroot u uw zelfvertrouwen en dit helpt u weer grip te krijgen op uw eigen situatie. Soms is het goed om de aandacht af te leiden van ziekte en pijn. Het is prettig om (samen) bezig te zijn en even aan andere dingen te denken. Zo kan creatieve coaching bijdragen aan een goed herstel.

Waaruit bestaat creatieve coaching?

Twee maal per week bezoekt de activiteitentherapeut u op uw kamer of u komt naar onze therapieruimte om daar te werken, alleen of in groepsverband. Welke hulpvraag u heeft en welk aanbod het beste bij u past, onderzoekt u samen met de activiteitentherapeut in een kennismakingsgesprek. Zo nodig overlegt de therapeut met andere zorgverleners die betrokken zijn bij uw behandeling.

Binnen de creatieve coaching werkt u aan uw eigen doelen die bij u passen binnen uw mogelijkheden. Daardoor kan de aard van de technieken en de keuzes voor wel of geen lotgenotencontact zeer verschillen. Ook houden we rekening met eventuele beperkingen zoals trillende handen, concentratie moeilijkheden of als u niet uit bed kunt. Wij zoeken samen met u naar geschikte oplossingen.

Wanneer is creatieve coaching raadzaam?

Creatieve coaching is vaak aan te raden bij intensieve en/of langdurige zorg. Bijvoorbeeld na opname op de Intensive Care, als u niet uit bed kunt of mag of door complicaties tijdens een behandeling. Creatieve coaching is bedoeld voor iedereen van zestien jaar en ouder die minstens twee weken in het ziekenhuis is opgenomen. U komt in aanmerking indien u in meer of mindere mate last heeft van onderstaande problemen:

- veel piekeren, onrustig gevoel;
- slecht slapen;
- pijn;
- moeite met afhankelijkheid door verlies van zelfstandigheid;
- gevoelens van moedeloosheid, hulpeloosheid en somberheid;
- behoefte aan afleiding en een luisterend oor;
- behoefte aan een zinvolle dag invulling en positieve ervaringen;
- behoefte aan een niet medische omgeving.

Aanmelden creatieve coaching

Een verpleegkundige, arts, psycholoog of paramedicus kan u adviseren om deel te nemen aan de creatieve coaching. Natuurlijk kunt u ook zelf of uw familie aangeven als u wilt deelnemen. Bespreek dit wel eerst met uw arts of de verpleegkundige. Zij melden u dan aan bij het activiteitscentrum voor therapie en begeleiding.

Waar is het Activiteitscentrum voor therapie en begeleiding?

De activiteitenruimtes zijn op niveau 5. De ingang is rechts van de balie van de verpleegafdeling B5. De ruimtes zijn toegankelijk voor een rolstoel en een bed. Kunt u niet zelf naar de afdeling komen, dan brengt en haalt het Intern Ziekenvervoer u. De verpleegafdeling regelt dit voor u.

Contact

Heeft u nog vragen, neem dan contact op met een van onderstaande telefoonnummers.

Secretariaat Activiteitscentrum : 043-387 71 66

Therapieruimte op verpleegafdeling B5 : 043-387 71 61

Website

- www.mumc.nl
- www.gezondidee.mumc.nl

Odin 031508 / uitgave mei 2015

Bezoekadres
P. Debyelaan 25
6229 HX Maastricht

Postadres
Postbus 5800
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer
043-387 65 43
www.mumc.nl