SOS

Selbstwirksam ohne Schmerz

Nachhaltiges Konzept bei Work related upper extremity disorders

1–2 WOCHEN
ca. 3–4 Therapien

PHASE 1

Erst-Gespräch

PRISM, Yellow Flags, Blue Flags, 10 Dimensionen OTIPM

ERGOTHERAPIE

Zur Ruhe kommen

Assessment Basic

- Filmanalyse von Arbeitsplatz/Alltag
- Wochenplan analyse
- Workstyle Fragebogen

Assessment Plus

zur gezielten weiteren Abklärung

- COPM, WRI, Werte-kompass, funktionelle Assessments, usw.

Baseline definieren: 5 Faktoren

Ziele definieren

ca. 3–6 MONATE
ca. 6–15 Therapien

PHASE 2

ERGOTHERAPIE

Optimierung der Performanz

Arbeit

- Kommunikation fördern
- Coaching am Arbeitsplatz
- Ergonomische Optimierung

Interprofessionelle Beratung

- Bewegungsanalyse
- Psychologie
- Physiotherapie
- Fitnesscoaching usw.

Re-evaluation

Abschluss: Ziel Überprüfung