

## **Sammanfattning av diskussionerna med syftet att tydliggöra fysioterapeutens roll inom mental hälsa, vid årsmötet på Tavastkliniken 2013.**

Vid årsmötet på Tavastkliniken 2013 startade styrelsen arbetet med målet att tydliggöra fysioterapeutens roll inom mental hälsa, genom att bjuda in sektionens medlemmar för diskussioner. Diskussionerna utgick från fyra frågor och de tankar och kloka ord som framkom under diskussionerna presenteras nedan under respektive fråga.

### **1. Vad innebär begreppet kroppsmedvetande för dig? Hur förklarar vi det för andra vårdgivare och för allmänheten?**

Kroppsmedvetande är att individen blir medveten om och får kontakt med sin kropp och dess funktioner. Det är viktigt att definiera de psykofysiska funktioner fysioterapeuten kan bedöma och diagnostisera. Exempel på kropp och funktion: skelett, andning, affekter och interoceptiva signaler samt stabilitet, balans, emotionell och fysiologisk reglering.

Kroppsmedvetenhet ger ökad förståelsen för det som sker i kroppen och främjar ökat agentskap. Kroppsmedvetenhet ökar förmågan att styra fysiologisk och emotionell reglering. Via kroppen och kropps rörelser får individen hjälp att stabilisera och normalisera autonoma dysfunktioner. Genom ökad kroppsmedvetenhet skapas förutsättningar för mentalisering samt förbättrad kommunikation med andra och kan leda till en ökad affektmedvetenhet. Kroppsmedvetenhet ger förutsättningar för att arbeta i psykoterapi. Kroppsmedvetenhet ger möjligheten att uppleva känslan av att vara en odelbar helhet. Kroppsmedvetenhet innebär bland annat medvetenhet om inre kroppsliga signaler (interoceptiva). Kroppsmedvetande hjälper patienten att själv hitta rätt rörelse och rätt mängd rörelse genom ett samspel med fysioterapeuten. Kroppsmedvetande ses som en förutsättning för självkänsla. Fysioterapeuten ser att olika individer har olika behov av interaktion vid psykisk ohälsa och eller stress varpå hen kan träna olika funktioner på olika nivåer.

Använd de ord som finns i forskningen för att förklara det vi gör för andra och de begrepp som används i DSM-5 det vill säga i psykiatrin.

### **2. Hur kan den fysioterapeutiska och kroppsliga behandlingen integreras i det psykoterapeutiska arbetet och när är det arbetet inte fysioterapi längre? Hur kan vi förklara denna integrering och åtskillnad för andra?**

Gränsen är inte definitiv när det handlar om fysioterapi eller psykoterapi. Det är ett arbete och en process som definieras tillsammans med patienten. Det är tillitsskapande processer. En fysioterapeut som även arbetar psykoterapeutiskt har kroppen som utgångspunkt i processen. Och arbetar utifrån ett helhetsperspektiv. Genom att terapeuten även är fysioterapeut har hen även en somatisk kompetens som hen kan använda i såväl bedömning som i behandlingen. Bedömer funktionen och de kroppsliga symtomen på den psykiska ohälsan. Terapeuten har även kunskap om och möjlighet att använda sin egen kropp som utgångspunkt i behandlingen. Terapeuten har funktion som fokus i behandlingen men arbetar även med ett syfte att ”hitta sig själv i sin kropp”. Det är ett samspel kropp, tanke och enhet. Övergripande begrepp är stabilitet, rörelse, kroppskontakt och beröring.

**3. Vad skiljer och vad förenar olika kroppsliga behandlingar som till exempel Mindfulness och medicinsk yoga med de kroppsmedvetandemetoder som finns inom fysioterapin? Hur motiverar vi som fysioterapeuter och förklarar de perspektiv som vi adderar till dessa behandlingar? Vad är det specifikt fysioterapeutiska?**

Fysioterapeuten fokuserar på kroppslig funktion och tänker i termer av rehabilitering. Fysioterapeuten bedömer personens psykofysiska funktioner innan val av behandling. Fysioterapeuten har även kompetens att ta hand om individens reaktioner efter behandlingen samt förklara de reaktioner som kan uppstå eller uppstår. Fysioterapeuten arbetar utifrån ett perspektiv av icke-prestation. Som fysioterapeut är det viktigt att fundera över vårt uppdrag. Är det sjukvård eller friskvård? Lyft begreppet Prehab!! Fysioterapeuter arbetar med den icke verbala, kroppsliga kommunikationen och den direkta upplevelsen. Fysioterapeutens arbete är riktat mot rörelse och hen arbetar med psykoedukation.

**4. Hur bedömer vi den psykiska ohälsan på ett kroppsligt nivå? Vilka bedömningsinstrument har vi att tillgå för att bestämma vårt syfte med vår behandling av patienter inom psykiatri- och psykosomatik?**

Definiera vilka psykofysiska funktioner som vi kan bedöma/diagnosticera. Fysioterapeuter fokuserar på funktion och har ett pedagogiskt syfte i sin bedömning. Bedömningen ligger till grund för behandlingen. Process av Bedömning- Behandling- Utvärdering.

**Bedömningsinstrument:** BAS-MQE, ROK, NES-13s (neurological evaluation scale) ICF, Kroppsbildstest, BAT (Body attitude test) av Micheal Probst, FRS, (figure rating scale) EQ- 5D, Fysioterapiprocessen, VAS. Anamnes och samtal.

- **Samtliga grupper har på ett eller annat sätt berört följande termer:** Funktion, Rörelse, Reglering, Psykofysik, Helhet, Pedagogik, Bedömning.