

Physiotherapie in der Psychiatrie

La physiothérapie en psychiatrie

ZAGORKA PAVLES, PHYSIOTHERAPEUTIN, KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK LIESTAL (BL)
PHYSIOTHÉRAPEUTE, CLINIQUE PSYCHIATRIQUE CANTONALE DE LIESTAL (BL)
INGER WULF, INSTITUT FÜR BODY AWARENESS THERAPIE, ZÜRICH
INSTITUT FÜR BODY AWARENESS THERAPIE, ZÜRICH

An der zweiten internationalen Konferenz «Physiotherapie in der Psychiatrie» in Bergen (Norwegen) stand die Körperwahrnehmung und die Bewegungsqualität im Mittelpunkt. Klar wurde auch, dass nur Vernetzung und Forschung das noch stiefmütterlich behandelte Fachgebiet weiterbringen können. Ein Veranstaltungsbericht.

«**B**ridging Awareness», also eine Brücke bauen oder den Zugang zum (Körper-)Bewusstsein zu finden, dies war das Thema der zweiten internationalen Konferenz «Physiotherapie in der Psychiatrie», die vom 27. bis 29. Februar 2008 in Bergen (Norwegen) stattfand. 120 PhysiotherapeutInnen aus 20 Ländern beziehungsweise 4 Kontinenten versammelten sich dort mit dem Ziel, den internationalen Dialog und den fachlichen Austausch zwischen den PhysiotherapeutInnen aus der Psychiatrie und der Psychosomatik zu fördern¹. Es ging darum, sich mit der Arbeit, den Methoden, der Berufskultur und den Entwicklungsmöglichkeiten im Berufsfeld der Psychiatrie auseinanderzusetzen.

In der Arbeit mit psychiatrischen Patienten gibt es selten ein ganz bestimmtes Leiden am Bewegungsapparat und eine entsprechende lineare Behandlung. Ausgangspunkte in der Psychiatrie sind einerseits psychosomatische Beschwerden am Körper (ohne lokale Befunde) und andererseits die Folgen psychischer Erkrankungen (und eventuell der Medikation) auf der Ebene des Körpergefühls, des Bewegungsablaufs oder der Körperhaltung. Alltagsbewegungen können

La perception corporelle et la qualité des mouvements ont été les points-clés de la deuxième conférence internationale « Physiothérapie en psychiatrie » organisée à Bergen (Norvège). Il est également apparu comme une évidence que seuls le travail en réseau et la recherche pourraient faire progresser cette spécialité encore négligée. Comptant de cette manifestation.

«**B**ridging Awareness», en d'autres termes bâtir un pont ou trouver l'accès à la conscience (corporelle), tel était le sujet de la deuxième conférence «Physiothérapie en psychiatrie» qui s'est déroulée du 17 au 29 février 2008 à Bergen (Norvège). 120 physiothérapeutes originaires de 20 pays et 4 continents s'y sont rassemblés dans le but de promouvoir le dialogue international et l'échange entre physiothérapeutes spécialistes en psychiatrie et en psychosomatique¹. L'idée était de se confronter au travail, aux méthodes, à la culture professionnelle et aux possibilités d'évolution dans l'environnement professionnel de la psychiatrie.

Lorsque l'on travaille avec des patients psychiatriques, il est rare d'avoir à faire à une douleur bien définie au niveau de l'appareil locomoteur et de pouvoir proposer un traitement linéaire correspondant. En psychiatrie, les points de départ sont les douleurs corporelles psychosomatiques (sans signe local) et, d'autre part, les conséquences des maladies psychiques (et éventuellement de leur traitement) au niveau de la perception du corps, de la mobilité et du maintien corporel. Les mouvements du quotidien peuvent ne pas être coordonnés et économes, ils perdent de leur «simplicité». Aussi,

¹ Die Schweiz war nur durch die beiden Schreibenden vertreten.

¹ La Suisse n'était représentée que par les deux auteurs.

unkoordiniert oder unökonomisch werden, sie verlieren die «Einfachheit». Deswegen sind ganzheitliche Therapiemodelle für diese Patienten sinnvoll.

Am Kongress wurde in Referaten, Präsentationen und Workshops zu den unterschiedlichsten Themen klar, dass *Awareness* (Körperbewusstsein, Körperwahrnehmung) und die *Bewegungsqualität* die grundlegenden Begriffe der Physiotherapie in der Psychiatrie darstellen.

Awareness

Körperwahrnehmung oder eben *body awareness* bezeichnet den nach innen gerichteten Sinn, welcher dem Gehirn ermöglicht zu erkennen, wo sich die Körperteile befinden, wie sie sich anfühlen und wie sie sich bewegen, man spricht auch von Eigenwahrnehmung oder Propriozeption. Bei psychiatrischen Patienten sind Fehler der Eigenwahrnehmung oft gross: Körperhalluzinationen, verzerrte Bilder oder das Gefühl von fehlenden Körperteilen können auftreten.

Physiotherapeutisch wird die Körperwahrnehmung häufig mit der «Basic Body Awareness Therapie» (BBAT) angegangen. Diese Methode ist in den skandinavischen Ländern unter den PhysiotherapeutInnen weit verbreitet und auch in der Schweiz bekannt. Das Körper-Ich wird durch die Arbeit mit basalen motorischen Funktionen wie Atmung, aufrechte Haltung und Gang entwickelt und gestärkt.

Mehrere Forschungsarbeiten zu Basic Body Awareness Therapie wurden am Kongress vorgestellt: Die Studien dokumentieren Verbesserungen der Körperwahrnehmung, der Copingfähigkeiten, des Selbstbewusstseins und vermehrte körperliche Aktivität. Amanda Lundvik Gyllensten von der Universität Lund in Schweden konnte beispielsweise in einer randomisierten, kontrollierten Studie signifikante positive Langzeiteffekte bei ambulanten Patienten zeigen: Diese waren nach zwölf Monaten BBAT körperlich und psychisch gesünder, und sie verursachten niedrigere Behandlungs- und Sozialversicherungskosten.

Bewegungsqualität

Das zweite wichtige Thema in Bergen war *Movement Quality*. PhysiotherapeutInnen erwähnen die Bewegungsqualität häufig mündlich und schriftlich in ihrer klinischen Arbeit. Was bedeutet jedoch Bewegungsqualität? Dazu hat ein Team von der Abteilung für Physiotherapie am University College in Bergen eine phänomenologische Untersuchung durchgeführt. 15 PhysiotherapeutInnen, je 5 aus den Arbeitsfeldern Neurologie, Psychosomatik/Psychiatrie und der allgemeinen Physiotherapie, sollten Bewegungsqualität definieren. Das Ergebnis präsentierte Liv Skjaerven, Erstautorin der Studie: Bewegungsqualität setzt sich aus biomechanischen, physiologischen, psychologischen und soziokulturellen Aspekten zusammen, die sich ge-

des modèles thérapeutiques globaux s'avèrent-ils intéressants pour ces patients.

Lors du congrès, les exposés, présentations et ateliers dédiés aux thèmes les plus variés ont clairement montré que l'*awareness* (conscience corporelle, perception corporelle) et la *qualité de la mobilité* constituaient les notions de base de la physiothérapie en psychiatrie.

Awareness

La perception corporelle ou, en anglais, *body awareness*, décrit ce sens intérieur permettant au cerveau de savoir où se trouvent les membres, comment ils se sentent et comment ils bougent. On parle également de perception propre ou de proprioception. Chez les patients psychiatriques, les troubles de la perception corporelle sont souvent importants: des hallucinations corporelles, images altérées ou sentiments de membres manquants peuvent survenir.

En physiothérapie, la perception corporelle est souvent abordée par la «Basic Body Awareness Therapie» (BBAT). Cette méthode est très répandue dans les pays scandinaves et chez les physiothérapeutes. Elle est également connue en Suisse. Le moi corporel est développé et renforcé par le travail des fonctions motrices de base telles que la respiration, le maintien et la marche.

Plusieurs travaux de recherche sur la BBAT ont été présentés au congrès: les études rapportent des améliorations de la perception corporelle, des capacités d'adaptation, de la confiance en soi et une augmentation des activités corporelles. Amanda Lundvik Gyllensten, physiothérapeute à l'Université de Lund (Suède) a effectué une étude randomisée-contrôlée. Elle a pu démontrer d'importants effets positifs à long terme chez les patients ambulatoires: après 12 mois de BBAT, ces derniers étaient en meilleure forme physique et mentale et engendraient des coûts moindres d'assurance sociale et de traitement.

Qualité des mouvements

La *qualité des mouvements* a constitué le deuxième sujet important du congrès de Bergen. Les physiothérapeutes évoquent souvent la qualité des mouvements – verbalement et par écrit – dans leurs travaux cliniques. Mais que signifie qualité des mouvements? C'est ce qu'a cherché à découvrir une équipe du département de physiothérapie du Collège universitaire de Bergen en menant une étude phénoménologique. Ils ont demandé à 15 physiothérapeutes, 5 du secteur de Neurologie, 5 de Psychosomatique/Psychiatrie et 5 de Physiothérapie générale de définir la qualité des mouvements. C'est Liv Skjaerven, premier auteur de l'étude, qui a présenté les résultats: la qualité des mouvements prend en compte des aspects biomécaniques, physiologiques, psy-

gegenseitig beeinflussen. Die Forschungsgruppe hat dazu ein Bewegungsqualitätsmodell entwickelt und ist daran zu eruiieren, wie dieses in den beruflichen Alltag integriert werden könnte.

Physiotherapie im interdisziplinären Team

Da physiotherapeutische Arbeit in der Psychiatrie ein Teil der interdisziplinären Behandlungskette ist, braucht es einen steti-gen Austausch im Therapeutenteam. Eine klinische Psychologin und eine Physiotherapeutin, spezialisiert in Psychosomatik, widmeten der Zusammenarbeit eigens eine Veranstaltung.

Zudem müssen die eigene Arbeit und die Probleme, die im Arbeitsalltag entstehen können (wie Nähe und Distanz, sich begegnen und sich abgrenzen können), reflektiert werden. Die PhysiotherapeutInnen sollten über eine körperorientierte Selbsterfahrung verfügen und über eine berufs- und arbeitsspezifische Fortbildung mit dem Fokus auf Körperwahrnehmung, Körperbild, Psychosomatik – auch dies hat der Kongress in Bergen deutlich gemacht.

Vernachlässigtes Fachgebiet

Ärzte und Physiotherapieschulen erachten Physiotherapie im Bereich Psychiatrie und mentaler Gesundheit noch immer als unwichtig, statuierte Michel Probst, Doktor der Physiotherapie an der Katholischen Universität Leuven (Belgien). Das sei eigenartig, weil ungefähr ein Viertel unserer Bevölkerung heute mit einer psychischen Dysfunktion konfrontiert

chologiques et socioculturels qui s'influencent entre eux. En se basant sur ce principe, le groupe de chercheurs a développé un modèle de qualité des mouvements et tente actuellement de trouver une méthode pour l'intégrer dans la clinique quotidienne.

La physiothérapie au sein d'une équipe interdisciplinaire

Un échange constant est nécessaire au sein de l'équipe thérapeutique car la physiothérapie en psychiatrie fait partie de la chaîne interdisciplinaire de traitement. Une psychologue clinique et une physiothérapeute spécialisée en psychosomatique ont animé un atelier consacré à cette collaboration. Le congrès de Bergen a également abordé des thèmes comme le travail sur soi et les problèmes survenant au quotidien (la proximité et la distance, se rencontrer et mettre des distances). Les physiothérapeutes devraient pouvoir justifier d'une expérience en termes de perception corporelle et d'une formation continue spécifique, ciblée sur la perception corporelle, l'image du corps et la psychosomatique.

Une spécialité négligée

Les médecins et les écoles de physiothérapie accordent peu de crédit à la physiothérapie en psychiatrie et à la santé mentale, constate Michel Probst, docteur en physiothérapie à l'Université catholique de Louvain (Belgique). C'est étonnant



Zagorka Pavles

Zu den Autorinnen | Zagorka Pavles arbeitet seit 1990 als Physiotherapeutin in der Kantonalen Psychiatrischen Klinik Liestal (BL). Neben Weiterbildungen in FBL, PNF, Bobath, Sohler, und Konzentrativer Bewegungstherapie verfügt sie über Ausbildungen in Basic Body Awareness Therapie und Personenzentrierter Beratung nach Carl Rogers. Kontakt: zagorka.pavles@kpd.ch

A propos des auteurs | Zagorka Pavles travaille depuis 1990 en tant que physiothérapeute à la Clinique psychiatrique cantonale de Liestal (BL). A côté de formations continues en FBL, PNF, Bobath, Sohler et thérapie consentative du mouvement, elle dispose également d'une formation en Basic Body Awareness Therapie et en conseil à la personne selon Carl Rogers. Contact: zagorka.pavles@kpd.ch

Inger Wulf aus Zürich ist Physiotherapeutin und Ausbilderin in Basic Body Awareness Therapie. Seit 2007 arbeitet sie hauptsächlich in der Ausbildung und Methodeentwicklung der Basic Body Awareness Therapie. Kontakt: i.wulf@bluewin.ch

Inger Wulf vient de Zürich; elle est physiothérapeute et formatrice en Basic Body Awareness Therapie. Depuis 2007, elle travaille principalement dans le domaine de la formation et du développement de la méthode Basic Body Awareness Therapie. Contact: i.wulf@bluewin.ch

Die beiden Autorinnen freuen sich über einen Austausch unter PhysiotherapeutInnen, welche in der Psychiatrie tätig sind. Meinungen zum Bericht sind auch auf der Forumsseite der physioactive herzlich willkommen: red@physioactive.ch

Les deux auteurs seraient ravies de communiquer avec des physiothérapeutes exerçant dans le domaine psychiatrique. Tout commentaire sur le compte-rendu est le bienvenu sur la page d'accueil de physioactive: red@physioactive.ch



Inger Wulf

ist. Umso wichtiger ist es, so Probst weiter, dass sich die Physiotherapeuten, die in der Psychiatrie arbeiten, vernetzen und dass im Bereich auch geforscht wird. An der «Academy of Health» in Utrecht (Niederlande) läuft bereits ein Masterprogramm in Psychosomatischer Physiotherapie, der Programmkoordinator Rutger Ijntema stellte es den Kongressteilnehmenden vor. Thematisiert wurde an der Veranstaltung auch, wie im Bereich Physiotherapie in der Psychiatrie geforscht werden kann.

Die nächste Tagung soll im 2010 in Schweden stattfinden. Solche Konferenzen unterstützen die Professionalisierung der Physiotherapie in der Psychiatrie und wir hoffen, dass mehrere KollegInnen aus der Schweiz daran teilnehmen werden.

Weiterführende Links

www.ic-ppmh.com
www.hib.no/aktuelt/konferanse/dokumenter/ppmh
<https://bora.hib.no/bitstream/10049/164/1/icppmh.pdf>
www.bodyawareness.ch |

car, aujourd'hui, près d'un quart de notre population souffre d'un trouble psychique. Et cela est d'autant plus important, ajoute M. Probst, que les physiothérapeutes travaillant en psychiatrie forment un réseau et que des études sont également menées dans ce domaine. A l'«Academy of Health» d'Utrecht (Pays-Bas), il existe déjà un Master en physiothérapie psychosomatique. Le coordinateur de ce programme, Rutger Ijntema, l'a présenté aux participants du congrès. Cette manifestation a également permis de réfléchir à la façon dont il est possible d'effectuer des recherches sur la physiothérapie en psychiatrie.

Le prochain congrès devrait avoir lieu en 2010 en Suède. Ce type de conférences soutient la professionnalisation de la physiothérapie en psychiatrie et nous espérons que le nombre de participants suisses augmentera.

Liens pour approfondir le sujet

www.ic-ppmh.com
www.hib.no/aktuelt/konferanse/dokumenter/ppmh
<https://bora.hib.no/bitstream/10049/164/1/icppmh.pdf>
www.bodyawareness.ch |

JOURNÉE PORTES OUVERTES

ECOLE SUISSE DE FASCIATHERAPIE ET SOMATO-PSYCHOPEDAGOGIE

SAMEDI 4 OCTOBRE 2008

10H30 – 12H00

Conférence “La fasciathérapie et la somato-psycho-pédagogie”

14H00 – 16H00

Atelier pratique

L'Ecole Suisse de Fasciathérapie et Somato-psycho-pédagogie forme des professionnels à la prise en charge de la douleur physique et de ses conséquences psychiques et comportementales, ainsi qu'à l'accompagnement des processus individuels de transformation.



Ecole Suisse de
Fasciathérapie et
Somato-psycho-pédagogie

Renseignements et inscriptions :
info@methodedanisbois.ch ou 022 301 30 85
23, rue Jacques-Grosselin - 1227 Carouge
www.methodedanisbois.ch