

Psykomotoriske terapeuters arbejde i psykiatrien

I dette skriv kan du, hvad enten du er arbejdsgiver eller arbejdstager, blive klogere på, hvad de psykomotoriske terapeuter laver i psykiatrien, hvordan de anvender deres faglighed, og hvorfor de er relevante lige netop der.

Faglighed

På det psykiatriske område er en tværfaglig indsats og et tæt samarbejde mellem faggrupperne særlig vigtig. Psykisk sygdom og sårbarhed påvirker både psykiske, fysiske og sociale dimensioner og den psykomotoriske faglighed kompletterer denne indsats med en kropslig, kropsterapeutisk og sundhedspædagogisk tilgang.

Den psykomotoriske faglighed byder på værktøjer, metoder og aktivitets- og samværsmuligheder, der kan støtte den enkelte i at forstå sig selv, træne sociale og personlige færdigheder og fremme bedring og recovery.

Praksis

Den psykomotoriske terapeut kan tilbyde kontakt, samvær og samtale samt deciderede behandlings-, samtale – og terapisesioner. I terapien arbejdes der, blandt andet, med afspænding, arousalregulering, symptom- og stresshåndtering, grounding og sanseintegration. Der kan arbejdes 1:1 eller i større eller mindre grupper. Der arbejdes på at skabe rum for læring, selvkendskab, udvikling og at sætte ord på følelser og kropssansninger.

Den psykomotoriske terapeuts arbejde breder sig i praksis ud over det, der er egentlige behandlingssessioner, til den bredere, tværfaglige behandlingsmæssige og pædagogiske indsats på behandlingsinstitutioner, bosteder og aktivitetscentre. Den psykomotoriske tilgang rummer et arbejde med kropsbevidsthed, kropsopfattelse, kropsoplevelse og træning af færdigheder, fx nærvær, sociale kompetencer og både verbal og nonverbal kommunikation. Sidstnævnte er især vigtig i indsatsen og samværet med psykotiske, udadreagerende og angstede. Den psykomotoriske terapeut kan således være med til at mindske tvang og skabe ro og et bedre arbejdsmiljø for sine kolleger. Det psykomotorisk arbejde kan også være som sparring, rådgivning og/eller undervisning af kolleger om det kropslige udtryk og symptomer ved psykisk sygdom.

Uddannelse

Den psykomotoriske terapeut er uddannet i neurologisk, anatomisk, fysiologisk og psykologisk viden – og i at kombinere dem. Den kropslige og individcentrede tilgang kan skabe kontakt, behandlingsrelation og behandlingsalliance i et komplekst arbejdsfelt, hvor psykisk sygdom og psykisk sårbarhed finder sit eget, individuelle udtryk i hver patients/borgers/klients sygdoms- og livshistorie.