



Kunnskap om psykisk helsearbeid angår alle fysioterapeuter!

Lisbeth Borge, Egil W. Martinsen, Toril Moe (red):

Psykisk helsearbeid – mer enn medisiner og samtaleterapi

Forlag: Fagbokforlaget, 2011

Sider: 256

Pris: kr. 399,-

ISBN: 9788245009538

Denne boka er skrevet av 15 norske fagfolk, som til sammen har bred og variert erfaring fra behandling av psykiske lidelser (ingen fysioterapeuter), og mennesker som har egenerfaring i å takle psykisk sykdom. Så hvorfor mener vi at den er aktuell for fysioterapeuter, også for dem som ikke arbeider innenfor psykisk helsearbeid?

Boka består av tre deler med fagartikler som hver for seg og til sammen kan bidra til innsikt i hva det innebærer å forstå – og nærme seg mennesket i et biopsykososialt perspektiv. De tre delene rammes inn av tre livsfortellinger som er nyttige påminnelser om at vi alle bør la oss utfordre av etablerte sannheter om hva som virker i behandling.

Den første delen: «Helhet, læring og involvering» presenterer den biopsykososiale forståelsesmodellen, forholdet mellom sårbarhet, stress og psykisk sykdom, og hva det innebærer å hjelpe mennesker på deres egne premisser. Del to: «Livets grunnbetingelser: kropp, mat og arbeid» setter søkelys på hvordan kropp, mat og arbeid bidrar til vår mentale helse. Og del tre gir eksempler på terapeutiske intervensjoner ved hjelp av hagebruk, dyr, kunst og musikk. Kapitlene kan leses med utbytte hver for seg, men for at boka skal gi noe innsikt, mer enn løsrevet kunnskap, er det viktig å ha lest innledningskapittelet om den biopsykososiale forståelseshorisonten først. Mange av kapitlene bruker konstruerte eksempler for å illustrere og diskutere faglige poeng. Det bidrar til å holde interessen oppe og fungerer godt. Det refereres til aktuell forskning, og det er en omfattende litteraturliste for utfyllende lesning bakerst i boka.

Det er ikke alt som er like nytt, og fysioterapeutens kunnskap om hvordan kroppen kan brukes som innfallsvinkel i terapeutisk sammenheng savnes! Som fysioterapeuter har vi likevel fått mange begrunnelser for ulike terapiformer, som kan utvide forståelsen også av fysioterapeutiske tiltak. Vi synes det er viktig å bli minnet om at mennesket er mer enn sine plager og mer enn det som kommer til uttrykk i det (fysio)terapeutiske rom. Det er ikke klare skillelinjer mellom dem som utvikler psykiske lidelser og dem som ikke gjør det. Vi må være ydmyke og utforskende med hensyn til å forstå fysioterapiens mulige bidrag i det enkelte menneskets liv.

Bokas styrke er at den tar menneskelivet på alvor, og bidrar til refleksjon over grunnleggende spørsmål om hva som kan bidra til mening og livskvalitet. Å aktivere menneskets selvhelende krefter dreier seg som oftest om langsiktige prosesser, ikke lettvinde løsninger. Tittelen på boka henspeiler på at psykisk helsearbeid er mer enn medisiner og samtaleterapi. Fysioterapi skal ikke være «mer enn fysioterapi», men vi må sette vår kunnskap inn i en større sammenheng og bruke den klokt, både terapeutisk og på faglige arenaer.

Forfatterne ønsker at boka skal gi nyttig kunnskap, føre til meningsfulle refleksjoner og bidra til inspirasjon for brukere, pårørende og fagfolk i det psykiske helsearbeidet. Vi mener de lykkes godt i sine intensjoner – og også utover det psykiske helsearbeidet. Men hvor er fysioterapeuten?

Marianne Aars, seniorrådgiver/1.lektor

Henny Enger, psykomotorisk fysioterapeut

Fra Fysioterapeuten nr. 8-2011 side 33.