

Was die Physiotherapie von der Psychologie lernen kann = L'apport de la psychologie à la physiothérapie

Autor(en): **Casanova, Brigitte**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Physioactive**

Band (Jahr): **54 (2018)**

Heft 6

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-928565>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Was die Physiotherapie von der Psychologie lernen kann

L'apport de la psychologie à la physiothérapie

BRIGITTE CASANOVA

Ende Juni fand in Winterthur das erste Symposium zu psychologischen Aspekten in der Physiotherapie statt. Ein Augenschein.

Eine von vier Personen mit muskuloskelettaler Erkrankung leidet an einer psychischen Störung (WHO 2012). Diese Zahl präsentierte Michel Probst, Präsident der «International Organisation Physiotherapy in Mental Health», am ersten Symposium zu psychologischen Aspekten in der Physiotherapie, das am 29. Juni 2018 in Winterthur über die Bühne ging. Die allermeisten PhysiotherapeutInnen haben also oft mit PatientInnen mit psychiatrischen Nebendiagnosen zu tun: seien es Suchterkrankungen, Angststörungen, Depressionen oder Essstörungen.

Es scheint auf der Hand zu liegen, dass sich alle PhysiotherapeutInnen mit der psychischen Gesundheit auseinandersetzen müssen. Wieso ist jedoch unter PhysiotherapeutInnen eine gewisse Ablehnung spürbar? Dies war eine der ersten Fragen aus dem Publikum an den Experten für Physiotherapie in Psychiatrie. Viele PhysiotherapeutInnen haben Angst vor Mental Health, meinte Michel Probst. Dies ändere sich jedoch, wenn man darin gut ausgebildet werde.

Michel Probst: «Kern der Physiotherapie in Mental Health ist es, mit körperlicher Aktivität, funktioneller Bewegung und Bewegungsbewusstsein das Individuum zu stärken.» | Selon Michel Probst, l'objectif principal de la physiothérapie en psychiatrie est de renforcer l'individu par le biais d'une activité physique, du mouvement fonctionnel et d'une conscience du mouvement.



Le premier symposium portant sur les aspects psychologiques en physiothérapie s'est tenu à Winterthur à la fin juin. Un aperçu.

Sur quatre personnes atteintes d'une maladie musculo-squelettique l'une d'entre elles est concernée par un trouble psychique (OMS 2012). C'est le chiffre qu'a présenté Michel Probst, président de l'*International Organisation Physiotherapy in Mental Health*, lors du premier symposium portant sur les aspects psychologiques en physiothérapie, qui s'est tenu le 29 juin 2018 à Winterthur. Ainsi, la plupart des physiothérapeutes sont régulièrement confronté-e-s à des patient-e-s qui présentent des diagnostics secondaires d'ordre psychiatrique: il peut s'agir de dépendances, d'anxiété, de dépressions ou de troubles alimentaires.

Que l'ensemble des physiothérapeutes doivent se pencher sur la santé psychique semble donc relever du bon sens. Pourtant, un certain rejet se fait sentir parmi les physiothérapeutes et il est légitime de se demander pourquoi. C'était l'une des premières questions du public à l'attention des expert-e-s de physiothérapie en psychiatrie. Selon Michel Probst, beaucoup de physiothérapeutes ont peur de la santé mentale. Mais cela peut changer par une formation solide dans ce domaine.

Le mouvement et la santé psychique vont de pair

Selon Michel Probst, l'objectif principal de la physiothérapie en psychiatrie est de renforcer l'individu et d'augmenter son bien-être par le biais d'une activité physique, du mouvement fonctionnel et d'une conscience du mouvement. En effet, comme le dit l'*American College of Sports Medicine*, il n'y a «pas de santé sans santé psychique, et pas de santé psychique sans activité physique». Toutefois, l'expert est bien conscient que les physiothérapeutes ne sont pas des psychologues. Il est cependant nécessaire selon lui d'intégrer des modèles psychologiques en physiothérapie. Michel Probst a insisté sur une autre réflexion qui lui semble importante: la physiothérapie effectuée avec des personnes atteintes de problèmes psychiques ne vise pas à trouver des solutions, mais à entamer un dialogue.



Emanuel Brunner: «In der Psychotherapie kommt ein Teil des Outcome durch allgemeine Faktoren zustande.» | Emanuel Brunner a expliqué qu'une partie du résultat provient de facteurs généraux de la psychothérapie.

Bewegung und psychische Gesundheit gehören zusammen

Der Kern der PT in Mental Health ist es, so Michel Probst, mit körperlicher Aktivität, funktioneller Bewegung und Bewegungsbewusstsein das Individuum zu stärken und sein Wohlbefinden zu erhöhen. Denn es gebe «keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit und keine psychische Gesundheit ohne körperliche Aktivität», wie es das «American College of Sports Medicine» formuliere. Dabei seien PhysiotherapeutInnen keine PsychologInnen, stellte der Experte klar. Es sei aber notwendig, psychologische Modelle in die Physiotherapie zu integrieren. Wichtig war Probst ein weiterer Gedanke: In der Physiotherapie mit Menschen mit psychischen Problemen geht es nicht darum, Lösungen zu finden, sondern einen Dialog zu starten.

Parallelen aus der Wirkungsforschung

Ein solches interessantes Modell ist die Wirkungsforschung in der Psychologie. Emanuel Brunner, promovierter Physiotherapeut, erläuterte das Common-Factor-Modell. Es besagt, dass ein grosser Teil des Outcome durch allgemeine Faktoren der Psychotherapie zustande kommt, die nicht von der Methode abhängen. Vier solche allgemeinen Faktoren sind in der Psychologie bekannt: eine vertrauensvolle Beziehung (Allianz); Vertrauen in den Therapeuten oder die Therapeutin; ein Konzept, das die Symptome erklärt, sowie Prozedere und Rituale, die mit dem Konzept in Einklang stehen. Übertragen auf PatientInnen mit chronischen Rückenschmerzen in der Physiotherapie bedeutet dies, so Brunner, dass die therapeutische Beziehung wesentlich ist. Folglich sei zu überlegen, wie wir diese Beziehung stärken können. Dies heisse nun nicht, dass Techniken unwichtig seien, ohne sie gäbe es keine Therapie. Die Expertise sei unabdingbar. Wir müssen uns aber bewusst sein, betonte der Forscher, dass wir auch als Person auf den Patienten und das Behandlungsergebnis wirken. Dazu gehöre, Raum zu schaffen für psychologische Aspekte – diese seien oft gar nicht so komplex. Zudem habe nicht jeder Patient starke psychische Faktoren.

Des parallèles avec la recherche qui étudie les effets en psychologie

La recherche sur les effets de la psychologie constitue un modèle intéressant. Emanuel Brunner, physiothérapeute, a expliqué le modèle du *common factor*. Celui-ci stipule qu'une grande partie du résultat provient de facteurs généraux de la psychothérapie qui ne dépendent pas de la méthode choisie. Quatre facteurs généraux de ce type sont connus en psychologie: une relation de confiance (alliance); une confiance envers le ou la thérapeute; un concept qui explique les symptômes; des processus et rituels en accord avec le concept. Si l'on transpose ceci à la physiothérapie des patient·e·s atteint·e·s de mal de dos chronique, cela signifie, selon Emanuel Brunner, que la relation thérapeutique est essentielle. Il s'agit dès lors de réfléchir à la manière de renforcer cette relation. Cela ne signifie pas que les techniques sont dénuées d'importance: sans elles, il n'y aurait pas de traitement. L'expertise est indispensable. Mais le chercheur a souligné la nécessité d'avoir conscience de son effet en tant que personne sur les patient·e·s et sur le résultat du traitement. Dans ce cadre, il s'agit de créer un espace pour les aspects psychologiques qui sont souvent moins complexes qu'ils en ont l'air. En outre, tou·te·s les patient·e·s ne présentent pas d'importants facteurs psychiques.

La relation thérapeutique est importante

Stefan Büchi, professeur de psychiatrie, de psychothérapie et de médecine psychosociale à l'université de Zurich, a repris l'un des aspects de la relation: «Le comment est plus important que le quoi». Cela a entre autres été attesté par la recherche en psychologie. Depuis 2010, celle-ci se penche sur la manière d'élaborer une relation avec les patient·e·s et sur la personnalité du·de la thérapeute. Selon Stephan Büchi, les éléments non-spécifiques influencent également la relation. C'est le cas du temps d'attente, d'un éventuel contact par e-mail ou de l'accueil. Le cadre joue lui aussi un rôle, comme par exemple un endroit agréable.



Noemi Hagemann sprach über Suizidalität und Bewegungsmangel im Jugendalter. | Noemi Hagemann a parlé de la relation entre les tendances suicidaires chez les jeunes et le manque d'activité physique.

Die therapeutische Beziehung ist relevant

Stefan Büchi, Professor für Psychiatrie, Psychotherapie und psychosoziale Medizin an der Universität Zürich, nahm den Beziehungsaspekt auf: «Das Wie ist wichtiger als das Was», hat die Forschung in der Psychologie belegt. Seit 2010 beschäftigt sie sich deswegen mit der Beziehungsgestaltung und der Persönlichkeit der Therapeutin und des Therapeuten. In der Beziehung wirken auch unspezifische Dinge, so Büchi weiter, wie die Wartezeit, ein allfälliger Mailkontakt oder die Begrüssung. Auch das Setting habe einen Effekt, wie etwa ansprechende Räume.

Büchi machte ausserdem einen Exkurs auf die Menschheitsgeschichte: Über alle Kulturen und Zeiten hinweg haben Menschen Heilrituale entwickelt, wenn auch ganz unterschiedliche. Eine Konstante bei den Heilritualen ist die soziale Unterstützung, also die Zuwendung von Menschen, oft kombiniert mit Berührung. Stefan Büchi fragte das Publikum am Ende seiner Ausführungen: «Werden in der Physiotherapie die Faktoren Beziehung und Plausibilität der Therapie gegenüber der Expertise genug stark gewichtet?»

Schlaf, Körperwahrnehmung und Kommunikation

Auch die weiteren Referate und Workshops brachten wertvolle Inputs: Die Neuropsychologin Cristina Staub thematisierte den Schlaf, ein unterschätzter Gesundheitsfaktor. Michel Probst, Spezialist für Essstörungen, stellte verblüffende Übungen zur Wahrnehmung der Körpergrösse vor. Noemi Hagemann, Physiotherapeutin und PhD-Studentin, wies auf Depressionen und Suizidalität im Jugendalter und den Zusammenhang mit Bewegungsmangel hin. Zur Kommunikation in der personenorientierten Therapie (im Gegensatz zum problemorientierten Ansatz) stellte der Psychologieprofessor Büchi eine einfache Frage vor: «Welchen Platz nimmt die Krankheit in Ihrem Leben ein?» Wir Gesundheitsfachkräfte könnten uns sehr über den Leidensdruck täuschen. Es sei nicht zwingend so, dass jemand im Rollstuhl mehr leide als jemand, der nur eine dauerhaft eingeschränkte Fussfunktion habe. Subjektiv wichtig sei, ob die Einschränkungen das Selbstbild betreffen. Büchi: «Man fühlt sich gesund, wenn man Raum hat für Dinge, die einem wichtig sind.»

Das Symposium war gut besucht und wird 2019 in Bern weitergeführt. |

Brigitte Casanova, Redaktion physioactive



Stefan Büchi: «Werden in der Physiotherapie die Faktoren Beziehung und Plausibilität der Therapie gegenüber der Expertise genug stark gewichtet?» | Stefan Büchi a demandé au public si, en physiothérapie, les facteurs de la relation et de la plausibilité du traitement vis-à-vis de l'expertise son suffisamment pondérés.

Par ailleurs, Stefan Büchi a fait une digression sur l'histoire de l'humanité: par-delà toutes les époques et toutes les cultures, les hommes ont développé des rituels de guérison. Bien que ceux-ci diffèrent beaucoup les uns des autres, on retrouve une constante parmi ces rituels dans le soutien social, et donc dans l'attention donnée aux patient·e·s par d'autres personnes, souvent combinée à des contacts physiques. Stefan Büchi a conclu sa présentation en posant une question au public: «en physiothérapie, les facteurs de la relation et de la plausibilité du traitement vis-à-vis de l'expertise sont-ils suffisamment pondérés?»

Sommeil, perception du corps et communication

Des exposés et ateliers ont également apporté de précieuses informations: Cristina Staub, neuropsychologue, a approfondi la question du sommeil, un facteur de santé sous-estimé. Michel Probst, spécialiste des troubles alimentaires, a présenté des exercices étonnants sur la perception de la taille du corps. Noemi Hagemann, physiothérapeute, a parlé des dépressions et des tendances suicidaires chez les jeunes et de leur relation avec le manque d'activité physique. Stefan Büchi, professeur de psychologie, a posé une question simple à propos de la communication dans les traitements orientés sur la personne (à l'opposé de l'approche orientée sur le problème): «quelle place la maladie occupe-t-elle dans votre vie?». Les spécialistes de la santé peuvent se tromper en ce qui concerne la souffrance subjective des patient·e·s. Il n'est pas systématiquement vrai qu'une personne en chaise roulante souffre plus qu'une autre dont que la fonction du pied est durablement limitée. Du point de vue subjectif, il est important de savoir si les restrictions affectent à l'image personnelle du·de la patient·e. Selon Stefan Büchi, «on se sent en bonne santé quand on a l'espace pour faire ce qui est important pour nous».

Le symposium a attiré un large public. La prochaine édition aura lieu à Berne en 2019. |

Brigitte Casanova, rédactrice de physioactive

Therapie zu fairen Preisen!

Seit mehr als 110 Jahren ist PINO der Komplettanbieter für Therapieprodukte in Deutschland und Österreich.

Jetzt auch in der Schweiz unter
www.pinoshop.ch



**Über
600 Artikel
online**

KINESIOLOGISCHES TAPE



Pinotape® Sport

CHF 10,95

ab 50 nur CHF 8,95

PRAXISBEDARF



Gelkissen

CHF 35,95

ab 5 nur CHF 32,95

PRAXISBEDARF



Nasenschlitztücher, 100 Stk.

CHF 18,95

ab 24 nur CHF 15,95

PRAXISAUSSTATTUNG



Therapieliegen

ab CHF 1295,-

MASSAGEPRODUKTE



Massagelotionen, 1 Liter

CHF 16,95

ab 12 nur CHF 13,95

THERAPIETOOLS



Gymnastikband, 45 m yellow

CHF 85,95

Viele weitere Angebote unter www.pinoshop.ch

+++ Keine Zollpauschale +++ Versandkostenfrei ab CHF 140,-