

# Perspektiver på miljøterapi ved psykose lidelser

Jan-Erik Nilsen

SUS

Det er spesielt tre vesentlige kompetanseområder en miljøterapeut skal ivareta:

1. Som terapeut/ kliniker – vet hva som skal gjøres og hvorfor  
Relasjonsbygger og samarbeidspartner koordinator for å sikre gode pasientforløp.
2. Som fagutvikler – fokus på kontinuerlig kvalitetsforbedring
3. Miljøterapi og ledelse – «god på fag og ledelse» (navet)

# Viktige aspekter og elementer i det miljøterapeutiske arbeidet:

- Relasjonsaspektet(kunnskap/ meg selv)
- Forståelsesaspektet(Integrert det jeg vet og den jeg er)
- Strukturaspektet(Verdier, normer, forventninger, grenser)
- Stimuleringsaspektet(Aktivisering, motivering, stimulering)
- Bearbeidingsaspektet(Tanker, følelser og opplevelser)
- Autonomiaspektet(Selvstendighet, ansvarlighet og pålitelighet)
- Miljøets miljø(Terapeutisk klima, bevissthetsnivå)

# Relasjonsaspektet

Tillit og trygghet

Egostyrkende tiltak

Fokus på å anvende sin relasjon til å hele relasjonsskade

Miljøterapeutiske prosesser er differensierte, individualiserte og målrettede

# Forståelsesaspektet

Kunnskapsbasert teoriforståelse med bakgrunn i sin profesjonsutdanning som f.eks. sykepleie, vernepleie, sosialt arbeid, ergoterapi m.fl.

- psykodynamisk teori/miljøterapi – egopsykologi – objektrelasjonsteori
- kognitiv teori/miljøterapi
- mentaliseringsbasert teori/miljøterapi

# Strukturaspektet

Gundersons miljøvariabler som:

- Beskyttelse
- Støtte
- Struktur (forutsigbarhet, programklarhet, sikkerhet Jf. MAP)
- Engasjement
- Gyldiggjøring
- GAF

# Stimuleringsaspektet

- Helsefremmende prosesser og aktiviteter:  
Salutogenese, recovery, empowerment
- musikkterapi
- billedterapi
- fysisk aktivitet og ernæring
- Arbeid og skole Jf. Jobb- og skoleresept
- andre kreative tiltak (hesteterapi m.fl.)

# Bearbeidingsaspektet

Psykoterapi/- psykosepsykoterapi der:

Miljøterapeuter følger opp relasjonelt med egostyrkende tiltak i og utenfor institusjon.

Psykoedukativt arbeid som kunnskapsbasert familiearbeid  
(flerfamiliegruppe, enfamilie, pargruppe)



# Autonomiaspektet

Bruker/pasient er selv aktiv deltaker  
(Jf. Nasjonal sykehusplan 2020 – 2023)

Samvalg

# Miljøets miljø

Terapeutisk klima og atmosfære (Jf. WAS)

- Personalets holdninger, handlinger og ytringer
- Personalets evne til selvregulering
- Samspillet og fellesskapet i miljøet
- Low expressed emotions