

Van een gevoelig lichaam naar een voelend lichaam.

Mw.V.(Veronique) van Voorthuysen der Kinderen. Psychosomatisch fysiotherapeut
Geregistreerd lid van de Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie volgens de
Psychosomatiek. N.F.P.; Lid van de werkgroep Onverklaarde Chronische Klachten. O.C.K.;
Lid van de Society for Psychosomatic Medicin; Geregistreerd psychosomatisch fysiotherapeut
Koninklijk Genootschap voor Fysiotherapie. KNGF

*Mijn lichaam heeft me tal van dingen geleerd, allemaal vol van geest:
hoe te bewegen, hoe lief te hebben, hoe muziek te maken, hoe te luisteren.
Nu leert het me mijn eigen leermeester te zijn:
Ik leer te luisteren naar de voortdurende veranderende stromen in mijn lichaam, de
subtiële veranderingen in temperatuur, adem, spierspanning, gedachten en
gevoelens, op de manier waarop de zeeman de wind afleest aan de golven op het
water.
(Diekstra, 1996)*

Bij de behandeling van S.OLK is de lichaamsgerichte therapie een welkome
aanvulling op de Cognitieve Gedragstherapie.

De psychosomatische fysiotherapeut is hierin gespecialiseerd en slaat een brug
tussen lichaam en geest.

D.m.v. lichaamsbewustzijn leert de fysiotherapeut de patiënt/cliënt met S.OLK weer
de gezonde lichaamssignalen te (h)erkennen, deze lichaamssignalen op waarde in te
schatten en er naar te handelen. Hij doet dit n.a.v. het DVD model; Denken Voelen
en Doen. Aandacht, acceptatie, hier en nu, bodyscan, ontspanning, houding en
bewegen vormen de kern van de behandeling.

In de voordracht worden er praktijkvoorbeelden gepresenteerd vanuit het
Revalidatiecentrum en in de 1e lijnspraktijk W.OLK.

W.olk staat voor: Weg (medisch) Onverklaarde Lichamelijke Klachten ; als je luistert
naar het verhaal achter het verhaal is er veel te verklaren en minder onbegrepen.
Lichaam **en** geest is een geheel. Klachten zijn vaak signalen, dat er iets moet
veranderen.
