



Bent u uit balans? Overbelast?

Haptotherapie en psychosomatische fysiotherapie bieden een oplossing!

Hebt u het gevoel dat u het contact met uzelf of de omgeving heeft verloren? Of voelt u zich al een tijd niet zichzelf? Met andere woorden: bent u uit balans? Dan bieden haptotherapie en psychosomatische fysiotherapie de oplossing.

Kees Groen startte zijn loopbaan in 1981 als algemeen fysiotherapeut. In de jaren die volgden, bemerkte hij steeds meer dat hij zich niet prettig voelde bij de overheersende 'technische mensbenadering' van de reguliere fysiotherapie. 'Ik merkte dat wanneer ik meer "voelend" met mijn cliënten omging, er ruimte was voor de hele mens. Hierdoor ontstond tevens zicht op de achterliggende factoren van de klachten. Het ging om de hele mens, met een klacht. Vanuit deze ervaring was het voor mij een logische stap om de opleiding in de authentieke haptonomie bij Veldman junior in Overasselt te volgen. Hier kon ik mijn gevoelskant verder ontwikkelen. Hier mocht ik de mens benaderen vanuit mijn hart', vertelt hij op bevlagen wijze.

Ook volgde Kees de opleiding psychosomatische fysiotherapie aan het IPT in Amsterdam. In deze opleiding maakte hij kennis met vele lichaamsgerichte therapieën, waarbij het toch om de hele mens ging. Andere elementen in zijn therapie zijn onder andere haptotherapie bij relatieproblemen en familieopstellingen.

Aanraken en contact maken
Haptotherapie is gericht op heel de mens. Haptotherapie is gericht op het herstellen van de balans tussen voelen, willen, denken en handelen. De haptotherapeut helpt u te voelen wat u bezielt en geeft u de ruimte te (her)ontdekken wie u in wezen bent. Zo kan uw oorspronkelijke klacht leiden tot persoonlijke groei, ontwikkeling en genezing.

Kees: 'Het gaat binnen de haptonomie om aanraken en contact maken. Aanraken doen we vaak automatisch. Bijvoorbeeld als we iemand willen troosten of onze geneztheid willen uiten. Aanraken is belangrijk. Wanneer wij te weinig worden aangeraakt in ons leven, dan beïnvloedt dat onze normale ontwikkeling. Als we daarentegen worden aangeraakt, dan doet dat iets met ons. We worden er blij van, of juist niet. Aanraken en gevoel zijn met elkaar verbonden.'

Fundament
Binnen de haptonomie wordt u weer uitgenodigd om meer te vertrouwen op uw gevoel. Om een verbinding aan te gaan met uzelf en de buitenwereld. 'Als je goed in je vel zit, sta je open en straalt je iets uit. Je

bent dan belastbaar en kunt een hoop dingen aan. Terwijl je juist afgesloten en in jezelf gekeerd raakt, wanneer het niet goed met je gaat. In de therapie leer je om je weer naar buiten te richten en daardoor vindt meestal ook een verandering in het gemoed plaats. Je vindt als het ware een fundament in jezelf van waaruit je problemen weer kunt oplossen', licht Kees nader toe.

Haptotherapie is heilzaam voor onder meer de volgende klachten: gestagneerde ontwikkeling, moeilijkheden met het herkennen en uitdrukken van gevoelens, moeite met het aangeven van grenzen en een negatief zelfbeeld. Haptotherapie wordt tevens geïndiceerd bij onder meer: relationele problemen, problemen met het verwerken van verlies, trauma of ziekte en stress.

Psychosomatische fysiotherapie
Wanneer u klachten heeft aan uw houdings- en bewegingsapparaat, waarbij sprake is van chronische pijnklachten, onverklaarde klachten, burn-out en depressie of angststoornissen, kan Kees Groen u behandelen door middel van psychoso-

matische fysiotherapie. 'Deze vorm van therapie gebruikt het lichaam als aangrijpingspunt om cliënten te behandelen en te begeleiden bij het herstellen van het verstoorde evenwicht tussen "spanning en ontspanning" en tussen "belasting en belastbaarheid".'

Ik werk volgens het zogenaamde "bio-psycho-sociaal model". Dit houdt in dat ik de lichamelijke, sociale en psychische aspecten, waaronder leef- en werkomstandigheden bij de behandeling betrek. De vorm van de gekozen behandeling wordt bepaald door de aard van de klachten, de hulpvraag en de samen met de cliënt bepaalde doelstellingen.

Aandacht en betrokkenheid kenmerken mijn werkwijze. Een patiënt verwoordde het

zo: 'Je weet het wel, maar ik wil het toch nog eens zeggen: Ik heb al onze gesprekken en de oefeningen als heel waardevol ervaren. Een heel moeilijke fase in mijn leven is mede daardoor ook een heel mooie periode geworden'. (Geplaatst met toestemming.)

Hoewel de meeste mensen op verwijzing van de huisarts bij mij terecht komen, is dit niet noodzakelijk. U kunt altijd vrijblijvend contact met mij opnemen, via de mail of telefonisch, voor een oriënterend gesprek. Veel informatie kunt u vinden u ook op mijn website.

Veelal worden mijn behandelingen, afhankelijk van de polisvoorwaarden, vergoed door zorgverzekeraars.

Kwaliteit staat bij Kees Groen hoog in het vaandel. Daartoe volgt hij met regelmaat bijscholing. Tevens staat hij ingeschreven in de registers van de volgende beroepsverenigingen:

- V.V.H.
- De Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie volgens de Psychosomatiek
- Het centraal kwaliteitsregister van het KNGF

Dorpsstraat 995 D
1566 JD Assendelft
Tel: 075 - 64 08 200

contact@praktijkkeesgroen.nl
www.praktijkkeesgroen.nl

kees Groen
haptotherapie en psychosomatische fysiotherapie

