****Marlies Jongmans

**De psychosomatische fysiotherapeut behandelt mensen met klachten aan het houdings- en bewegingsapparaat ,waarbij sprake is van;**

* **chronische pijnklachten of te lang aanhoudende pijnklachten**
* **onverklaarde klachten**
* **depressie en/of angststoornissen**
* **burn-out**

**De psychosomatische fysiotherapeut begeleidt u in het herstellen van het evenwicht tussen belasting en belastbaarheid en tussen spanning en ontspanning. Afhankelijk van uw hulpvraag, het gesprek en het onderzoek, worden de doelen van de behandeling bepaald en wordt samen met u een therapieplan opgesteld. U leert hoe uw lichaam werkt en hoe u daar zelf invloed op heeft. U leert uw lijf te begrijpen en de therapeut helpt u een gezonde levensstijl te ontwikkelen en toe te passen. Het doel van de behandeling kan bijvoorbeeld zijn: veranderen van de factoren die de klacht in stand houden, toepassen van ontspanningsvaardigheden, verbeteren van ademhaling of adempatroon, verhogen van uw algehele belastbaarheid en het aanvoelen en respecteren van lichamelijke en psychische grenzen.**