

Op zoek naar de kern van de klacht

Vaak wordt mij gevraagd wat ik bedoel met een holistische aanpak binnen mijn sessies/behandelingen.

Bij een holistische aanpak wordt verder gekeken dan alleen de klacht waar iemand mee komt. Er wordt gekeken naar de persoon die de klacht ervaart en er wordt doorgezocht naar de oorzaak van de klacht. Deze oorzaak kan zowel fysiek als mentaal gelegen zijn.

Aan de hand van een praktijkvoorbeeld zal ik jullie meenemen in mijn uitleg van een holistische aanpak.

“Bij mij kwam Frits (die in werkelijkheid uiteraard een andere naam heeft), met de volgende klacht “ik heb pijnklachten in mijn rechter elleboog en het lijkt op een tennisarm”. Standaard begin ik met een intakegesprek. Hieruit kwam het volgende naar voren.

Frits had last van pijnklachten, na inspanning, in zijn rechter elleboog. Deze info levert mij dan ook al informatie op. Omdat de klachten alleen bij inspanning optreden kan ik al een paar dingen uitsluiten waar ik op zou kunnen behandelen.

Na het intakegesprek laat ik Frits op de buik plaatsnemen op de massagetafel. Wanneer ik diverse drukpunten op de rug, schouders en nek indruk zijn er sommige gevoelig tot zelfs pijnlijk. Hierbij geeft Frits aan dat de pijn uitstraalt naar zijn elleboog. Ik behandel dan ook niet alleen zijn elleboog maar ook zijn hele arm, schouders, nek en rug. Tijdens de behandeling praat ik door en vraag ik hoe Frits zich voelt. Na enig doorvragen volgt dat Frits, volgens eigen zeggen, te weinig tijd heeft en stress heeft van werkzaamheden die er volgens Frits minder toe doen. Ook hier vraag ik weer op door en Frits geeft aan dat hij zijn werk niet meer met plezier uitvoert waardoor hij veel meer spanning in zijn lichaam ervaart.”

Deze casus laat zien dat bij Frits de fysieke klacht, het pijn hebben in de elleboog, het gevolg is van mentaal niet goed functioneren (het werk levert stressgerelateerde klachten op). Door op zoek te gaan naar de kern kan een ervaren probleem opgelost worden. Wanneer ik in bovenstaande casus alleen de elleboog had behandeld had Frits keer op keer opnieuw klachten gekregen die uiteindelijk veroorzaakt werden door zijn gedachte over zijn werk. Door de verhoogde spanning in zijn lichaam zou iedere extra belasting fysieke klachten hebben opgeleverd.

Uit de beschreven casus volgt dan ook dat bij een holistische aanpak er dan ook geen kant er klaar plan is voor de behandeling.

Vandaar ook dat ik binnen Praktijk DUS (en eigenlijk in mijn hele leven) het volgende adagium toepas:

*Iedereen is uniek.
Uniek in zijn/haar doen en laten.
En juist dit uniek zijn vraagt om een unieke aanpak.*

En wanneer jullie benieuwd zijn naar de afloop van de casus. Frits heeft 8 behandelingen gehad. Deze behandelingen waren opgebouwd uit gesprekken om erachter te komen wat Frits nu precies wilde. In deze casus heeft Frits een gesprek met zijn leidinggevende gehad en hebben er wat aanpassingen plaatsgevonden waardoor Frits nu weer met plezier naar zijn werk gaat.

Daarnaast zijn er aanvullende adviezen gegeven voor thuis, zodat Frits tussen de behandelingen door ook zelf aan de slag kon gaan. Dit waren adviezen op het gebied van ontspanning, voor Frits was het advies om aan te slag te gaan met de bodyscan (een techniek die je leert je lichaam te observeren in het hier en nu) . Daarnaast bleek ook dat Frits niet goed at. Met enkele voedingstips is Frits nu ook beter gaan eten. Hij heeft hierdoor geen zwaar gevoel meer.

Ook vond tijdens 4 van de 8 behandelingen een therapeutische massage plaats. Deze therapeutische massages waren erop gericht de spierspanningen op te heffen.

En natuurlijk zijn er meerdere behandelvormen mogelijk. Echter door te kijken naar de persoon die ik voor mij heb kan ik naar het geheel kijken en die behandelvorm adviseren die passend is bij de betreffende persoon.

Kortom:

Bij een holistische visie ga je op zoek naar de kern van de klacht waarbij je fysiek en mentaal met elkaar verbindt.

Wil jij meer info of heb je klachten waarmee je aan de slag wilt gaan?

Neem dan vooral contact op met mij, Daphne Kempkens-Utens, van Praktijk DUS Counselling & Natuurgeneeskunde.

Dit kan via mail (info@praktijk-dus.nl), telefoon/whats app (06-14996540) of contactformulier op de website (www.praktijk-dus.nl onder contact)

Ben je een werkgever en kan ik in die hoedanigheid iets voor je betekenen?

Neem dat ook vooral contact op met mij, Daphne Kempkens-Utens. Via mijn bedrijf DUS Preventiezorg kan ik ook veel voor jou en je werknemers betekenen.

Je kunt mij bereiken via mail (info@dus-preventiezorg.nl), telefoon/whats app (06-14996540) of via het contactformulier op de website (www.dus-preventiezorg.nl onder contact).