

Merja Harju

Fysioterapeutti psykofyysinen erikoisala (Kela-korvaus lääkärin Sv3 lähetteellä)

Helsinki, Järvenpää

Esimerkkejä palvelustani

- Yksilöllinen neuvonta ja ohjaus 1 – 3 x
- Yksilöterapia 5–15 x
- Ryhmäterapia 10–15 x
- Luentoja ja harjoituksia eri aiheista; esim.:
 - Kehollinen itsetuntemus
 - Rentous kehollisena armon kokemuksena
 - Toiminnallinen ylistys

Työni lähtökohta

Jeesus tuli ihmiseksi. Ihmisenä olemisen ydin on rakkaus. Ilman rakkautta sydän lukkiutuu ja keho jännittyy. Elämän traumaattiset kokemukset ja varhaisiin ihmissuhteisiin liittyvät tunneilmapiirit tallentuvat keholliseen muistiin. Kehon keinot voivat olla merkittävä osa eheytymistä.

Ammatillisia vaiheitani

Toimin 20 vuotta fysioterapeuttina perusterveydenhuollossa. Vuosien varrella erikoistuin psykofyysiseen erikoisalaan ja täydensin sitä mm. tanssiterapian opinnoilla. Mieltä ja kehoa yhdistävien harjoitteiden kautta tuli mahdolliseksi tutustua myös oman sielun toimintakykyyn.

Oman eheytymisprosessin kautta asiakkaan kohtaamiseen

Ammatillinen prosessini oli myös hengellinen. Suomen Elijah ry:n peruskursseilla ja rukousryhmien vetotehtävissä hengellinen liittyi luontevasti keholliseen. Ajatuksia ja tunteita erottava muuri haurastui. Sydämeni sai puhdistua ja avartua. Se tuli uudella tavalla mukaan vuorovaikutukseen Jumalan, itseni ja lähimmäisteni kanssa.

Psykofyysinen fysioterapia soveltuu henkilöille, joilla on:

- tuki- ja liikuntaelimestön toimintakyvyn ongelma
- kiinnostusta työstää henkilökohtaista prosessiaan / ongelmiaan kehollisesti
- sosiaalisten tilanteiden pelkoa, jännittyneisyyttä tai uupumusta
- hyperventilaatiota, paniikkihäiriötä, masennusta, syömishäiriötä

Psykofyysisen fysioterapian työtapana

Psykofyysisessä fysioterapiassa keskeistä on fysioterapeutin ja asiakkaan välinen terapeutin suhde, joka perustuu sekä sanalliseen, että sanattomaan

vuorovaikutukseen. Sen puitteissa tehdään erilaisia liikekokeiluja ja kehollisia tunnistamisharjoitteita – sekä vakavasti että leikkimielellä.

Tervetuloa psykofyysiseen fysioterapiaan!