

## Informatie en aanmelden

Voor meer informatie kunnen jij of je ouders/verzorgers terecht bij de behandelaar of neem contact op met Jeugd ggz.

Bereikbaarheid: maandag t/m vrijdag van 8.30 tot 17.00 uur.  
Buiten deze uren is Jeugd ggz voor spoedeisende situaties bereikbaar via de huisarts.

### Jeugd ggz Zutphen

Dreef 6e  
7202 AG Zutphen  
(0575) 509943  
zutphen@jeugdggz.com

### Jeugd ggz Hardenberg

Hof van Pepijn 1  
7772 CW Hardenberg  
(0523) 236000  
hardenberg@jeugdggz.com

### Jeugd ggz Deventer

Pikeursbaan 3  
7411 GT Deventer  
(0570) 604100  
deventer@jeugdggz.com

### Jeugd ggz Almelo

Westerdok  
Haven Noordzijde 45  
7607 ES, Almelo  
(0546) 684270  
almelo@jeugdggz.com

### Jeugd ggz Zwolle

Burgemeester Roelenweg 9  
8021 EV Zwolle  
(038) 4692500  
zwolle@jeugdggz.com

### Jeugd ggz directiesecretariaat

Postbus 390  
7400 AJ Deventer  
Info@jeugdggz.com

[www.jeugdggz.com](http://www.jeugdggz.com)

## Psychomotorische therapie (PMT)



### Informatie voor ouders



## Over Jeugd ggz

Jeugd ggz ondersteunt kinderen en jongeren met psychiatrische problemen en hun omgeving.

De ondersteuning is gericht op het oplossen van problemen en het beperken van de gevolgen daarvan voor het dagelijks leven. Waar mogelijk stimuleren wij de eigen kracht van de patiënt en zijn of haar netwerk, om zo de behandeling te ondersteunen en zo kort mogelijk te laten duren.

Bij psychomotorische therapie (PMT) richt de therapeut zich op psychische klachten en problemen. Hierbij wordt gebruik gemaakt van bewegingsgerichte en lichaamsgerichte behandelvormen. Deze zijn die zijn gericht op doen en ervaren (sport en spel, zelfverdediging, dans, fitness, ontspannings- en ademhalingsoefeningen).

# Psychomotorische therapie

Door bezig te zijn, leert uw kind lichaamssignalen, gevoelens en gedragspatronen te herkennen en te begrijpen. Hierdoor leert het klachten en problemen op een andere manier op te lossen. Soms is dat best moeilijk en kost het veel energie. Bij PMT gaat het erom hoe uw kind met de verschillende activiteiten omgaat. Het is dus niet nodig om goed te kunnen sporten.

## Is PMT iets voor uw kind?

Bij PMT komen kinderen en jongeren met verschillende problemen. Voorbeelden hiervan zijn:

- conflicten met anderen
- eenzaam en alleen voelen (depressief)
- druk en chaotisch zijn
- geen controle over boosheid
- zichzelf als negatief ervaren (faal)angstig

moeite met contact maken

- niet kunnen/durven praten over dingen die gebeurd zijn
- lichamelijke klachten hebben, bijvoorbeeld gespannen voelen

## Youssef

*Youssef (8 jaar) is erg onzeker. Hij gaat niet graag naar school en heeft geen aansluiting bij leeftijdsgenoten. Die vinden hem vreemd en pesten hem. Tijdens de PMT blijkt dat Youssef het moeilijk vindt om zijn grenzen aan te geven. Hij laat alles toe. Door bewegings- en lichaamsgerichte opdrachten te doen, oefent hij met zeggen wat hij wil en hoe hij zijn stemgebruik en houding hierbij kan gebruiken. Nu durft Youssef op school meer voor zichzelf op te komen. Hierdoor wordt ook het pesten minder. Youssef gaat weer met meer plezier naar school.*

## De therapie

De therapeut bekijkt eerst of PMT geschikt is voor uw kind. De therapie begint met een observatie. Daarna worden, samen met uw kind, de doelen gesteld voor de verdere behandeling. De behandeling kan zowel individueel als in een groep plaatsvinden. Tijdens de behandeling wordt er regelmatig gezamenlijk geëvalueerd over de voortgang.

## Thuis

Wanneer uw kind psychomotorische therapie heeft, is het van belang dat het geleerde ook in de praktijk wordt gebracht. Hiervoor is het belangrijk dat u als ouders handvatten aangereikt krijgt hoe hier mee om te gaan. Daarom vinden er naast therapie voor uw kind ook oudergesprekken met een ouderbegeleider plaats.

## Manon

*Manon (16 jaar) heeft een autisme spectrum stoornis. Ze heeft op school moeite om contact te maken. Daarnaast houdt ze het bij geen enkele sportclub lang vol. In de PMT-groep leert ze op een gestructureerde manier om samen te werken met groepsleden. Hierdoor wordt contact maken en samenwerken makkelijker voor haar. Door de aangereikte handvatten kan ze dit ook gebruiken op school en op haar sportclub. Manon heeft hierdoor meer zelfvertrouwen en kan beter aangeven wat ze wel en niet wil.*

## Kosten

De behandeling van jeugd tot 18 jaar wordt door de gemeente betaald. Hiervoor is een verwijzing van een huisarts, medisch specialist of jeugdarts nodig, of een aanmelding door de gemeente.

**'Ik ga weer met plezier naar school!'**