

# Gezinsgerichte Psychomotorische therapie (GPMT)

Gezinsgerichte therapie waarbij kind en gezin, door samen bewegend bezig te zijn, leren omgaan met emoties, hun gedachten en hun gedrag, en hierover in gesprek kunnen gaan.

entrea
lindenhout
samen voor kind en gezin

## Voor wie is Gezinsgerichte Psychomotorische Therapie (GPMT) bedoeld?

GPMT is er voor kinderen en jeugdigen van 4 t/m 18 jaar en hun ouders/verzorgers. Samen komen zij naar de psychomotorisch therapeut omdat ze hun gedachten en gevoelens moeilijk kunnen uiten. Bij de GPMT staan bewegen en het lichaam centraal. De nadruk bij deze therapie ligt op het 'doen' met gebruik van sport, spel en oefenvormen. Door het 'ervaren' leren gezinsleden met hun lichaamsbeleving, hun emoties, hun gedachten en hun gedrag om te gaan en hierover het gesprek aan te gaan.

## Wat is Gezinsgerichte Psychomotorische Therapie?

GPMT is een ambulante vorm van hulp die gericht is op ervaren en oefenen. De therapie wordt uitgevoerd door een psychomotorisch therapeut, in een PMT-ruimte. De psychomotorisch therapeut gaat vooral praktisch te werk. Jullie worden uitgenodigd om in een veilige sfeer te bewegen, te sporten of te spelen. Het gaat niet om de prestatie, maar om hoe jullie je als gezinsleden samen bewegend gedragen, dit beleven en er mee omgaan. Door te doen, ervaren jullie samen wat jullie sterke en zwakke kanten zijn. Van daaruit kan jullie gezin zich verder ontwikkelen op weg naar een gewenst doel.

## Hoe krijgt Gezinsgerichte Psychomotorische Therapie vorm?

De psychomotorisch therapeut werkt vanuit de gedachte dat gezinsleden met elkaar verbonden zijn en invloed op elkaar uitoefenen. Persoonlijke eigenschappen of handelen kunnen invloed hebben op voortgang van een gezamenlijke, gewenste ontwikkeling. Dit betekent niet dat jullie hele gezin altijd naar de therapeut komt. Afhankelijk van de hulpvraag en het belang van veilig voelen, spreken we samen af in welke samenstellingen jullie naar de therapie komen:

1. Het kind/de jeugdige komt alleen en is samen met de therapeut. Aan het therapieproces koppelen we gesprekken met ouders/verzorgers. Hierbij bespreekt de therapeut samen met het kind/de jeugdige en de ouders/verzorgers thema's die binnen de therapie aan bod zijn gekomen. We kunnen ook afspreken om dit alleen met de ouders/verzorgers te doen.
2. Het kind/de jeugdige komt samen met het hele gezin, met enkele leden van het gezin of alleen met zijn ouder(s).



3. De therapie start met het kind/jeugdige en op een later tijdstip voegen zich meerdere gezinsleden toe.
4. Het kind/de jeugdige komt samen met een of enkele leeftijdgenoten met vergelijkbare therapiedoelen.

De gezinsgerichte therapie gaat uit van het bespreekbaar maken of krijgen van gedrag, gedachten en gevoelens. De communicatie met elkaar is van belang om inzicht te krijgen in elkaar en om van daaruit tot oplossingen en veranderingen te komen.

## Hoe is de werkwijze van GPMT?

De GPMT vindt meestal één keer in de week plaats. Een sessie duurt 45-60 minuten. Met sport- en spelactiviteiten en met ontspannings- en lichaamsgerichte oefeningen werken we aan een gedragsverandering. Dit gebeurt met attributen en materiaal uit de PMT-ruimte, die passen bij de leeftijd en ontwikkeling van jullie kind. Zo kan een balspel helpen om contact te maken, of een spel met een blinddoek om vertrouwen te krijgen in jezelf en de ander. Ook kunnen we klimrek, matten, ballen, hoepels, touwen en trampoline gebruiken. Of muziek (klank, ritme) en bewegingsimprovisatie. Sportvormen zoals voetbal en boksen zijn ook mogelijk.

De therapeut gebruikt de manier van bewegen of het samenwerken met de anderen om hierover samen in gesprek te gaan. Hij bespreekt wat goed gaat en wat anders kan. Jullie leren jezelf via het bewegen kennen en jullie gaan oefenen met nieuw gedrag om nieuwe ervaringen op te doen.

## Samen met andere hulpvormen

Het komt voor dat de GPMT onderdeel uit maakt van een andere behandeling van Entrea Lindenhout. De psychomotorisch therapeut heeft dan overleg met de andere behandelaars om elkaar over de voortgang te informeren. Het gedrag van jullie zal gaan veranderen en jullie zullen daar samen op inspelen. Binnen de GPMT kan, wanneer dit wenselijk is, ook samen met een systeemtherapeut of jeugdzorgwerker in de bewegingsruimte worden gewerkt.

Wanneer jullie kind een school van onderwijs Entrea Lindenhout bezoekt, dan werkt de psychomotorisch therapeut samen met de leerkracht en gedragswetenschapper van school. Op deze manier kan het geleerde bij de GPMT vertaald worden naar de klas.

- Bij GPMT staat bewegend bezig zijn centraal.
- Met sport- en spelactiviteiten en met ontspannings- en lichaamsgerichte oefeningen in een veilige sfeer werken we aan een gedragsverandering.
- Door te doen, ervaren jullie samen wat jullie sterke en zwakke kanten zijn.
- Door het ervaren leren gezinsleden met hun lichaamsbeleving, hun emoties en hun gedrag om te gaan en hierover het gesprek aan te gaan.

## Zorgovereenkomst en evaluatie

Bij aanvang van de GPMT spreken we af hoe lang de therapie gaat duren in tijd of sessies. In de zorgovereenkomst beschrijven we de hulpvraag, wat jullie willen bereiken, de doelen en de gemaakte afspraken.

De evaluatiemomenten worden op de duur van de GPMT afgestemd. We bespreken dan hoe het gaat, en of er misschien andere afspraken gemaakt moeten worden. Dit doen we altijd samen met jullie. De gemaakte afspraken leggen we vast in een nieuwe zorgovereenkomst. Deze komt in het dossier en ook jullie ontvangen een kopie.

## Wat is er nodig voor Gezinsgerichte Psychomotorische Therapie?

Om de therapie te kunnen vormgeven is het van belang dat aan een aantal criteria wordt voldaan:

- Gezinsleden zijn gemotiveerd om aan de hulpvragen te werken.
- Afspraken worden nagekomen.
- De thuissituatie dient enigszins stabiel te zijn.

Daarnaast zijn er redenen om niet te starten met de therapie;

- Wanneer er sprake is van ernstige individuele problematiek bij het kind/de jeugdige zoals verslaving of dermate ernstige suïcidaliteit, dat er (eerst) een andere behandeling noodzakelijk is.
- Wanneer er sprake is van een te grote angst om naar de therapeut te komen.

## Informatie en aanmelding

Met vragen over GPMT en over het aanmelden kun je terecht bij ons Entreeteam.

Professionals van wijkteams, (huis)artsen en jeugdbescherming kunnen jongeren en hun gezin aanmelden. Dit kan via het aanmeldformulier op onze website. Artsen kunnen ook aanmelden via het verwijzingsprogramma ZorgDomein.

Met de juiste verwijzing zijn er aan deze therapie geen kosten verbonden.


Contact

**Telefoon** 088 356 30 00
**E-mail** entreeteam@entrealindenhout.nl
**Internet** entrealindenhout.nl



© Entrea Lindenhout, augustus 2019


Volg ons ook op

entrea lindenhout
samen voor kind en gezin