

INFORMATIE VOOR VERWIJZERS

triade vitree

PSYCHOMOTORISCHE THERAPIE

Leren door bewegen en ervaren

Meer zelfvertrouwen krijgen, grenzen aangeven, leren ontspannen of leren omgaan met gevoelens en gedachten. Hoe?

Wat is Psychomotorische therapie

Psychomotorische therapie (PMT) is een ervaringsgerichte therapie die bewegen als middel gebruikt. De therapie is gericht op het verminderen of wegnemen van psychische klachten, het bevorderen van het psychisch welbevinden en/of acceptatie van klachten. De psychomotorisch therapeut sluit altijd aan bij de hulpvraag en de mogelijkheden van de cliënt.
De ervaring is het uitgangspunt van de PMT, het gaat om denken, voelen en handelen met elkaar te verbinden.

Voor wie?

PMT kan worden ingezet bij emotionele, sociale- en gedragsproblemen van kinderen en jongeren.

De inzet kan gericht zijn op:

- vergroten van zelfvertrouwen en weerbaarheid;
- reguleren van aandacht, gedrag en emoties;
- lichaamsbeleving zoals lichaams-waardering;
- bevorderen van sociale vaardigheden;
- omgaan met stressvolle levensgebeurtenissen.

Toepassen in je dagelijks leven

PMT is een therapie die gebruik maakt van bewegingsactiviteiten en lichaamsgerichte oefeningen. Het gaat om ervaren en doen. Daarnaast gaan we in gesprek over ervaringen en ontdekkingen. De psychomotorisch therapeut helpt de cliënten

Lees verder

Psychomotorische therapie (PMT)

om van deze ervaringen te leren en te gebruiken: thuis, op de groep of op school.

De aanpak

We bieden PMT aan op verschillende locaties van Triade Vitree in Flevoland en IJsselland.

Na de aanmelding starten we met een kennismakingsgesprek, gevolgd door een observatieperiode. In deze fase wordt samen besproken of PMT een bijdrage kan leveren aan de doelen en/of behandeling.

Praktische informatie

Waar en hoelang?
De therapie is meestal op een locatie in de eigen woonplaats.

Elke sessie duurt 45-60 minuten en vindt, normaal gesproken, één keer per week plaats. De duur van het traject wordt samen met cliënt en aanmelder vastgesteld.

Meer informatie en aanmelden

088 32 32 111

triadevitree.nl/adviesenaanmelding

www.triadevitree.nl

triade vitree