



Informatie voor ouders

Altrecht Kinder- en jeugdpsychiatrie

Gezins PMT bij ADHD en gedragsstoornissen

Bij Gezins PMT leren gezinsleden door middel van het doen en uitvoeren van opdrachten op een andere actieve manier met elkaar om te gaan. Dat kan voor sommige gezinnen een goede oplossing zijn als met elkaar praten lastig is. Gezins PMT (Psycho motore therapie) is een aanvulling op gesprekstherapie.

Wat is gezins PMT

Bij Gezins PMT wordt door middel van sport- en spelopdrachten gekeken op welke manier de gezinsleden met elkaar omgaan en hoe dat anders kan, zodat iedereen zich er prettiger bij voelt. Dit kan bijvoorbeeld door samenwerkingsopdrachten. Het gezin leert om samen een opdracht tot een goed einde te brengen en als gezin samen iets met elkaar bereiken.

In de Gezins PMT komen verschillende onderwerpen aan de orde:

- elkaar complimenten geven
- luisteren naar elkaar
- grenzen stellen
- leren overleggen en onderhandelen

Voorbeeld van een opdracht

Het gezin krijgt opdrachten, bijvoorbeeld het kind geblinddoekt door een „hindernisbaan“ loodsen. Daarna wordt de oefening besproken en gaat het over bijvoorbeeld:

- de manier van aanwijzingen geven

- of het kind de aanwijzingen opvolgt
- het oplossen van problemen die onderweg opdoemen
- het omgaan met fouten van elkaar.

Doel van de Gezins PMT

In de Gezins PMT gaat het erom dat de gezinsleden beter met elkaar leren omgaan. Ook is het de bedoeling dat gezinsleden meer plezier krijgen in het samen dingen doen, beter met elkaar kunnen praten, beter kunnen samenwerken en minder snel ruzie krijgen. Wat de gezinsleden leren, wordt daarna in een gesprek vertaald naar een „normale“ situatie, bijvoorbeeld thuis of op school.

Gezins PMT is dus een hele praktische behandeling voor het hele gezin dat niet zo heel erg van praten, maar juist wel van iets doen houdt!

Praktische informatie

Het hele gezin komt wekelijks voor een sessie van drie kwartier naar Altrecht Jeugd. Gezinnen komen pas in aanmerking voor Gezins PMT als eerst een andere methode is geprobeerd, bijvoorbeeld gezinstherapie.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Jasper van Duuren via 030-2809311 en j.van.duuren@altrecht.nl.