

Psychomotorische therapie

In de eerstelijnszorg

Inhoud

- Wat is pmt?
- Methode
- Doelgroep
- Casus
- Ervaren!

Wat is pmt?

- Behandelmethode voor psychosociale klachten en psychiatrische problematiek.



Doel

- Wegnemen of verminderen van klachten.
- > Inzicht geven
- > Probleem situaties anders benaderen
- > Accepteren van beperking

Methode

- Ervaringsgericht
 - > Lichaamsgericht
 - > Bewegingsgericht
- Herkennen en begrijpen van lichaamssignalen, gevoelens, gedachten en gedragspatronen.
- Context

Lichaamsgericht

- Lichamelijke spanningen
- Lichaamstaal
- Lichaamshouding
- Manier van bewegen
- Ademhaling
- Lichaamsbeleving

Bewegingsgericht

- Sport
- Spel
- (Drama)

- DENKEN
- VOELEN
- HANDELEN/DOEN

Methode

- Running therapie
- Mindfulness
- Acceptance and Commitment Therapy (ACT)
- Yoga
- Progressieve relaxatie
- Ademhalingstherapie
- PESSO-psychotherapie
- Rots en water training
- Weerbaarheidstraining
- Cognitieve gedragstherapie
- En nog veel meer..

Doelgroep

- Geestelijke GezondheidsZorg
- Verstandelijke gehandicaptenzorg
- Forensische psychiatrie
- Psychogeriatric
- Jeugdhulpverlening
- Kinder- en jeugdpsychiatrie
- Speciaal onderwijs
- Revalidatie
- Eigen praktijk

->

Individuele cliënten
Echtparen
Gezinnen
Groep

Casus

7 pmt thema's

- Lichaamsbeleving
- Motorisch Instrumentele Sensabiliteit
- Motorisch Sociale Sensabiliteit
- Relaxatie
- Vertrouwen
- Ruimte
- Kracht



Vragen?