

# Psychomotorische therapie(PMT)

## Wat is Psychomotorische therapie?

Een PMTer is een professional die mensen met psychische problemen behandelt.

Een psychomotorisch therapeut gebruikt methodieken die liggen op het gebied van **beweging en lichaamservaring**.

Bij beweging kun je denken aan oefensituaties uit de sport en het bewegingsonderwijs.

Bij lichaamservaring gaat het om het concentreren op de ervaring en beleving van het eigen lichaam, bijv. Door ontspanningsoefeningen, ademhalingsoefeningen. De pmt biedt een veilige plek om te **experimenteren** met ander gedrag.

Tijdens deze therapie "krijgt men de gelegenheid om **leerervaringen en correctieve emotionele belevingen** op te doen".

## De specialisatie mensen met een verstandelijke handicap en PMT.

Psychomotorische therapie wordt ook steeds meer toegepast bij cliënten met een (lichte) verstandelijke beperking, die "vastlopen" zijn in relatie met hun omgeving.

Martien van de Wijdeven is hierin gespecialiseerd en weet door zijn jarenlange ervaring de juiste match te vinden in tempo, empathie en voorspelbaarheid.

Psychomotorische therapie is een middel dat bij uitstek geschikt is voor mensen met een verstandelijke handicap, want:

- Psychomotorische therapie is een ervaringsgerichte therapie. De wijze waarop mensen met een verstandelijke handicap leren is grotendeels gebaseerd op ervaren en aan den lijve ondervinden.
- Het doen staat bij PMT centraal. Bewegend bezig zijn sluit vaak aan bij de belevingswereld van de cliënt met een verstandelijke handicap.
- Er wordt gewerkt in concrete hier en nu situaties.
- Verbale communicatie is van ondergeschikt belang

De oefeningen en spelvormen hebben geen vanzelfsprekende betekenis.

Deze komt op gang door de wijze waarop deze worden aangeboden, de betekenis die de cliënt eraan geeft en de interventies van de therapeut.

Deze vormen zijn thematisch geordend. Enkele voorbeelden van thema's zijn: **grenzen, vertrouwen, samenwerking, macht, ruimte, contact, en balans**. Binnen deze bewegingsexperimenten krijgt de cliënt de mogelijkheid om andere, soms nieuwe, ervaringen op te doen. Deze ervaringen kan de cliënt leren herkennen, erkennen en samen met ouders en/of de begeleiders in de woon-werk-omgeving toepassen in het dagelijks leven.

## Wanneer komt iemand in aanmerking voor Psychomotorische therapie?

De klachten die middels psychomotorische therapie behandeld kunnen worden zijn zeer divers, enkele voorbeelden:

- *Negatief zelfbeeld; "ik ben toch niets waard"*
- *Negatieve lichaamsbeleving; "mijn lijf is mijn last"*
- *Problemen omtrent het omgaan met emoties*
- *Problemen met het controleren van je fysieke impulsen*
- *Gedragsproblemen, overvraging*
- *Onbegrepen lichamelijke klachten*
- *Niet bewust zijn van je gevoelens of ze niet voelen*
- *Angst, en panieklachten*
- *Klachten ten gevolge van seksueel misbruik, trauma's*

## Aanmeldingsprocedure en observatie

Aanmelding kan plaatsvinden op eigen initiatief en/ of op advies van een huisarts, gedragsdeskundige, psychiater of een andere verwijzer.

Eerst vindt een **intakegesprek** plaats met de psychomotorisch therapeut. Hierin worden de mogelijkheden van een eventuele psychomotorische therapie onderzocht. Naar aanleiding van het intakegesprek bepaalt de psychomotorisch therapeut samen met de cliënt, hoe verder te gaan.

Na het intakegesprek volgt een **observatie**. Tijdens deze observatie wordt bepaald of een behandeling wordt ingezet en zo ja met welke doelen. Dit wordt schriftelijk in een behandelplan vastgelegd.

## Financiering

Vooraf cliënten met een indicatie individuele behandeling kunnen zich aanmelden voor psychomotorische therapie, waarvoor men bij het CIZ een aanvraag kan doen. Cliënten kunnen ook zelf hun therapie betalen. Het tarief is 55 euro per uur, exclusief reiskosten en overhead. Ook zijn er zorgverzekeraars die vanuit het aanvullende pakket vergoedingen verstrekken: [vergoedingen PMT](#)

Informatie over aanmeldingen en Psychomotorische therapie kunt u krijgen bij:

*Martien van de Wijdeven*

*06-12194189*

*PMTwijdeven@kpnmail.nl*