

# GGMD

voor Doven  
en Slechthorenden



## Psychomotorische therapie (PMT)

voor dove en slechthorende  
kinderen en jongeren

### GGMD voor Doven en Slechthorenden

Wij hebben locaties door heel Nederland.

telefoon: 088 - 43 21 700

sms: 06 - 10 908 606

e-mail: [contact@ggmd.nl](mailto:contact@ggmd.nl)

chat en teletolk: zie [www.ggmd.nl/contact](http://www.ggmd.nl/contact)

website: [www.ggmd.nl](http://www.ggmd.nl)

### Wat is psychomotorische therapie (PMT)?

Bij PMT beweeg je. Je gaat bijvoorbeeld sporten of een spel doen, of oefeningen om te ontspannen. Het bewegen is het belangrijkste. Daarin verschilt PMT ook met andere vormen van therapie, omdat daarbij praten meestal het belangrijkste is.

*Erik wordt snel boos. Soms doen mensen iets waardoor hij ineens ontploft of iemand een flinke duw geeft. Hij krijgt daar vaak problemen door. Hij krijgt straf, terwijl die ander dat niet krijgt.  
Bij PMT leert Erik dat hij het aan kan voelen komen als hij boos aan het worden is. Hij merkt dan bijvoorbeeld dat zijn adem veel sneller gaat en zijn spieren strak worden. Voordat hij ontploft, kan hij dan weglopen. Hij gaat dan even water drinken. Daar wordt hij rustig van.*

### PMT kan helpen bij psychische problemen

PMT kan helpen als kinderen/jongeren psychische problemen hebben. Door te bewegen, kun je ontdekken of wat je lichaam voelt, wat je denkt of hoe je je gedraagt, hoort bij een bepaalde emotie, zoals verdriet, boosheid of angst.

PMT biedt een veilige plek om je gedrag, wat je voelt of wat je denkt te onderzoeken. Je doet nieuwe ervaringen op en kunt ander gedrag uitproberen. In verschillende spelvormen en oefeningen leg je samen met je therapeut een lijntje tussen dat wat je in de therapie ervaart en het dagelijks leven.

### Voor wie is psychomotorische therapie geschikt?

PMT is vooral geschikt voor kinderen/jongeren vanaf een jaar of 6 die het moeilijk vinden om over problemen te praten. Ze kunnen geen woorden geven aan hun gevoel of vinden dat spannend. Dan kan het fijn zijn om op een andere manier duidelijk te maken wat er dwars zit.

Voor PMT is het niet nodig om goed te zijn in bewegen of sporten. Je hoeft niet lenig of sportief te zijn, of dit te worden. Het is alleen belangrijk dat het kind/de jongere al bewegend aan het probleem wil werken.

### **Praktische informatie**

PMT wordt gegeven in een gymzaal. Het is prettig om kleding te dragen waarin je makkelijk kunt bewegen.

De PMT vindt wekelijks of tweewekelijks plaats op een vast tijdstip. Een PMT-sessie duurt 45-60 minuten.

PMT kan individueel gegeven worden of in een kleine groep met maximaal 4 kinderen/jongeren.

De lengte van de behandeling is afhankelijk van de problematiek en hoe snel het kind zich ontwikkelt. Gemiddeld duurt een behandeling 9 tot 12 maanden.

### **Samen met ouders/verzorgers**

Ouders en verzorgers kennen hun kind het beste. Tijdens het therapietraject houdt de therapeut hen op de hoogte van wat er tijdens de PMT gebeurt. Als het kind leert experimenteren met ander gedrag wordt dat in overleg afgesproken, zodat zeker is dat het nieuwe gedrag past bij de leefsituatie van (de rest van) het gezin.

### **Deskundige therapeuten**

Bij GGMD werken deskundige medewerkers die begrijpen hoe het is om doof of slechthorend te zijn. Zij kunnen met het kind/de jongere en de ouders/verzorgers communiceren en kennen de dovencultuur.

De psychomotorisch therapeuten van GGMD zijn aangesloten bij de Nederlandse Vereniging voor Psychomotorische Therapie (NVPMT) en de Federatie Vaktherapeutische Beroepen (FVB).



### **Kosten**

De gemeente betaalt deze zorg. U betaalt zelf niets, ook geen eigen bijdrage.

Om met de zorg te kunnen starten, is een verwijsbrief Jeugdwet van de huisarts, jeugdarts of specialist nodig. Voor de huisarts, jeugdarts of specialist hebben we op [www.ggmd.nl/derden/verwijzers](http://www.ggmd.nl/derden/verwijzers) alle informatie over het verwijzen bij elkaar gezet. De verwijsbrief moet op naam van het kind staan.

### **Meer informatie en/of aanmelden**

Neem voor meer informatie en/of aanmelden contact op met GGMD:

Telefoon: 088 - 43 21 700

Sms: 06 - 10 908 606

E-mail: [contact@ggmd.nl](mailto:contact@ggmd.nl)

Chat: op werkdagen van 10.30 tot 12 uur via [www.ggmd.nl](http://www.ggmd.nl) pagina Contact

Teletolk: zie [www.ggmd.nl](http://www.ggmd.nl) pagina Contact

Website: [www.ggmd.nl](http://www.ggmd.nl)

---

GGMD staat voor Geestelijke Gezondheidszorg en Maatschappelijk Dienstverlening voor doven en slechthorenden. GGMD heeft locaties door heel Nederland. Meer informatie over GGMD vindt u op [www.ggmd.nl](http://www.ggmd.nl).