



Psychomotorische therapie? Bewegingstherapie!

Informatie voor ouders

GGZ Rivierduinen Kinderen en Jeugd biedt verschillende vormen therapie aan. Psychomotorische therapie is er één van. In de psychomotorische therapie leert uw kind met zijn problemen om te gaan door beweging. Dit in tegenstelling tot andere vormen van therapie waarin juist het gesprek tussen het kind en de behandelaar centraal staat. Deze vorm van therapie noemen we daarom ook bewegingstherapie.

Een voorbeeld. Uw kind heeft last van woede-uitbarstingen. Deze woede-uitbarstingen vormen een probleem in het dagelijks leven. Tijdens de psychomotorische therapie leert uw kind dat de woede-uitbarstingen er niet 'opeens' zijn, maar dat daar nog andere signalen en gevoelens (bijvoorbeeld irritatie) aan vooraf gaan. Vervolgens zoeken therapeut en kind samen naar activiteiten/ handelingen, die bij het kind passen en die helpen voorkomen dat het gevoel van irritatie oploopt en uiteindelijk uitmondt in woede-aanvallen. Wij laten uw kind dus ervaren hoe het ook anders zou kunnen: "Als ik merk dat ik boos word, dan ga ik even de kamer uit om tot tien te tellen, dan zakt mijn frustratie en zal ik niet uitbarsten in woede".

Psychomotorische therapie is een therapie op maat: ieder kind een eigen, uniek programma. Gedurende de therapie krijgt uw kind eenvoudige huiswerkopdrachten mee.

Is psychomotorische therapie geschikt voor úw kind?

Misschien vindt uw kind het moeilijk om met een therapeut te praten of kan uw kind de dingen niet goed onder woorden brengen. In dat geval kan psychomotorische therapie oplossing bieden. Uw kind hoeft niet goed te zijn in sport om in aanmerking te komen voor psychomotorische therapie.

Psychomotorische therapie is geschikt voor kinderen die:

- moeite hebben met spanning, woede en frustratie om te gaan;
- moeite hebben gevoelens te herkennen en te uiten;
- last hebben van faalangst / onzekerheid;
- ADHD of algemene concentratieproblemen hebben;
- een verstoord zelfbeeld of lichaamsbeeld hebben.

Wanneer en waar?

De psychomotorische therapie vindt plaats in het bewegingscentrum van GGZ Rivierduinen, Endegeesterstraatweg 5 in Oegstgeest. Het is verplicht sportschoenen te dragen die geschikt zijn voor zalen (de zolen mogen dus niet afgeven). Daarnaast wordt makkelijk zittende kleding geadviseerd.

De gemiddelde behandeling bestaat uit tien sessies van ieder 45 minuten. Na vijf sessies bespreekt de therapeut met u en uw kind het verloop van de behandeling en na acht sessies bespreken we met u of de behandeling na tien sessie afgerond kan worden. Soms is het beter om de behandeling met een paar sessies te verlengen.

Praktische informatie en aanmelding

Wanneer uw kind in aanmerking komt voor psychomotorische therapie bespreekt uw huidige behandelaar dat eerst met u. Wanneer u en uw kind akkoord gaan met deze vorm van behandeling, zoekt de behandelaar contact met de psychomotorisch therapeut. Deze nodigt u en uw kind uit voor een kennismakingsgesprek. Tijdens dit kennismakingsgesprek legt de therapeut uit wat de behandeling inhoudt en u krijgt een rondleiding in het bewegingscentrum.

Z.O.Z.

Zo nodig zal de therapeut uw kind de eerste drie keer observeren en pas daarna de definitieve behandeling vaststellen. De psychomotorische therapeut houdt de huidige behandelaar continu op de hoogte van het verloop van de behandeling.

GGZ Rivierduinen Kinderen en Jeugd

Locatie Leiden

Sandifortdreef 19
2333 ZZ Leiden
Telefoon 071 890 84 00

Locatie Gouda

Boelekade 19
2806 AS Gouda
Telefoon 0182 57 39 33

Locatie Katwijk

Schimmelpenninckstraat 10
2221 EP Katwijk
Telefoon 071 890 66 77

Locatie Alphen aan den Rijn

Dr. J.M. den Uylsingel 10-18
2404 CJ Alphen aan den Rijn
Telefoon 0172 89 89 00

info.kinderenenjeugd@rivierduinen.nl
www.rivierduinen.nl/kinderenenjeugd