

PMT ter bevordering van sociale vaardigheden

Psychomotorische therapie voor mensen met een matige of lichte verstandelijke beperking en moeite met adequaat sociaal gedrag.

Doel

Het aanleren van specifieke sociale vaardigheden en stimuleren van sociaal gedrag.

Traject

Fase 1) Observatie en veiligheidsfase

De hulpvraag wordt verkend en gekeken wordt hoe de cliënt met zichzelf, de therapeut en het materiaal omgaat. Het doel van deze fase is dat de cliënt gemotiveerd raakt voor de PMT en zich op zijn gemak voelt. Plezier en succesbeleving staan centraal.

Fase 2) Behandelfase

Uit onderstaande thema's wordt een passend traject samengesteld.

- Kennismaken
- Emoties van zichzelf en anderen (h)erkennen
- Zelfvertrouwen, lichaamshouding en stemgebruik
- Omgaan met pesten
- Gesprekken voeren
- Keuzes maken, leren nee zeggen
- Gedachten, gevoelens en gedrag
- Kritiek en complimenten geven en ontvangen

Praktisch oefenen en ervaren staan op de voorgrond. Het traject wordt bij voorkeur in een kleine homogene groep uitgevoerd, maar kan ook individueel worden aangeboden.

Fase 3) Generalisatiefase

De cliënt kan de vaardigheden opgedaan binnen PMT ook inzetten in situaties in het dagelijks leven. De transfer wordt bevorderd door concreet en daardoor zeer herkenbaar gedrag uit de therapie sessies te bespreken met de cliënt en de betrokkenen uit de omgeving van de cliënt. Ook in eerdere fases is door middel van huiswerkopdrachten, rollenspellen, en het betrekken van de omgeving al aandacht voor het generaliseren van de geleerde vaardigheden.

Contra-indicatie

- Ernstige psychiatrische problematiek waardoor de cliënt zich onvoldoende in het hier en nu bevinden (bijvoorbeeld acute psychose).

Tijdsinvestering

Sessies: 1 keer per week 45 a 60 minuten; 10 tot 25 sessies

Gesprekken: 3 tot 6 uur; intake, tussenevaluatie(s), MDO, afstemmingsoverleg en eindgesprek

Verslaglegging: 6 tot 8 uur; behandelplan, observatie of tussenevaluatieverslag, eindverslag.

Eventueel ondersteunende middelen

- Huiswerkopdrachten
- Rollenspellen
- Methodieken als: Rots en water, ho tot hier en niet verder