

# Psycho- motorische gezins- therapie

Petra van Lokven



*Petra van Lokven werkt naast haar eigen praktijk bij Orbis GGZ als psychomotorisch kindertherapeut. Zij geeft daar zowel individuele therapie en ouder-kind therapie, als gezins-therapie. De PMGT, zoals Gezins-PMT daar genoemd wordt, geeft zij samen met John Frederiks die werkzaam is als systeemtherapeut. Zij hebben beiden een tweedaagse training gevolgd bij Mondriaan-zorggroep in Heerlen die deze cursus verzorgt voor mensen die werkzaam zijn binnen de hulpverlening. In dit artikel laat Petra de lezer kennismaken met de PMGT aan de hand van casuïstiek.*

## Een andere manier van werken

Sinds 2 jaar wordt binnen Orbis GGZ Sittard PMGT gegeven. Deze therapie volgt een andere werkwijze dan de PMKT in de individuele setting. Waar bij PMKT een langdurig traject gevolgd wordt met het individuele kind, en de ouders eventueel door de hoofdbehandelaar of door de systeemtherapeut worden begeleid, wordt bij PMGT een korte behandeling ingezet met het hele gezin. Het doel van de PMGT is het bevorderen van de interactie tussen de gezinsleden, ze inzicht te geven in hun eigen handelen en in ieders aandeel binnen het gezinsgebeuren.

### Werkwijze

Bij de PMGT werkt een psychomotorisch (kinder)therapeut samen met een systeemtherapeut. Met het gezin worden vijf behandelaafspraken ingepland. Een kennismakingsgesprek is de eerste afspraak. Dan volgen er drie sessies in de bewegingsruimte. De behandeling wordt afgesloten met een evaluatiegesprek. In het kennismakingsgesprek wordt aan alle gezinsleden gevraagd waar ze tegenaan lopen en kunnen ze kenbaar maken wat ze graag willen veranderen. Aan de hand hiervan worden de doelen vastgesteld. In dit gesprek heeft de systeemtherapeut de leiding. De psychomotorisch (kinder)therapeut legt in deze bijeenkomst uit wat er in de bewegingsruimte gedaan zal worden.

Na het kennismakingsgesprek volgen de 3 sessies in de bewegingsruimte waarbij de psychomotorisch (kinder)therapeut de leiding neemt en het gezin passende bewegingsactiviteiten aanbiedt. Het gezin voert samen de opdrachten uit. Tijdens deze sessies is er tussen de psychomotorisch (kinder)therapeut en de gezinstherapeut zo nodig overleg over het verloop en eventuele bijstelling van de behandeling. Tijdens de sessies in de bewegingsruimte kan het spel even onderbroken worden om de bevindingen van zowel de gezinsleden als de therapeuten te bespreken. Dit omdat het soms handiger is om direct in te haken op wat er gebeurt dan daar pas na de bewegingssessies op terug te komen.

De bewegingssessies kunnen eventueel op video worden vastgelegd om de beelden te gebruiken bij de evaluatie.

### Een casus

Een moeder met 3 zonen is aangemeld voor PMGT. De kinderen zijn 7, 10 en 12 jaar. Ouders zijn gescheiden en vader ondervindt geen problemen in het contact met de kinderen.

De systeemtherapeut is al eerder in het gezin geweest voor een gezinsonderzoek en daarin bleek dat de onderlinge communicatie in het gezin niet goed verloopt. De kinderen lijken geen zicht te hebben op hun eigen aandeel en moeder komt in de rol van politieagent.

#### *Het kennismakingsgesprek*

Tijdens het kennismakingsgesprek, blijken de kinderen het moeilijk te vinden om te praten over waarom ze bij de therapeuten zijn. Ze voelen zich waarschijnlijk ongemakkelijk en uiten en verbloemen dit door elkaar uit te dagen en af te troeven. De oudste zoon heeft de diagnose PDD-NOS en heeft onlangs al een individueel traject gevolgd bij de psychomotorisch kindertherapeut. Volgens moeder heeft hij niet zoveel zin in de PMGT. Toch is merkbaar dat hij zich ontwikkeld heeft in vergelijking met een jaar geleden. Hij doet zijn best om in gesprek te blijven. Moeder stimuleert hierbij lang op een positieve manier, maar uiteindelijk, en

goed invoelbaar, wordt zij boos en reageert vanuit machtshierarchie. Dit leidt echter niet tot het gewenste resultaat. De kinderen houden zich even in en lijken zich wat onthand te voelen. Het lukt ze echter niet zich anders te gedragen. De systeemtherapeut zet verschillende schatkistjes en Duplo poppetjes in om de kinderen duidelijk te maken dat ieder kind anders is en unieke eigenschappen heeft. De kinderen mogen om de beurt opnoemen wat zij bij zichzelf vinden passen en waar ze goed in zijn. Ook mogen ze over de anderen zeggen waar zij goed in zijn. Dit blijkt al best lastig voor de kinderen. Ze kunnen moeilijk hun aandacht erbij houden en het lukt ze nauwelijks om zich in woorden uit te drukken. Het valt op dat de oudste twee kinderen last lijken te hebben van het uitdagende gedrag van de jongste. De jongste daarentegen geeft aan dat hij graag met de anderen wil meespelen. Moeder zou graag willen dat er beter naar elkaar wordt geluisterd en dat er afspraken gemaakt kunnen worden.

### *1e sessie: thema samen spelen en overleggen*

Tijdens de eerste bewegingssessie staat het thema samen spelen en overleggen centraal. Het gezin is hier vooraf van op de hoogte gesteld. Ze krijgen de opdracht om met de parachute te spelen en samen te overleggen wat ze gaan doen. De middelste van de drie jongens oppert om met een bal en de parachute te spelen. De andere kinderen roepen ook wat en er wordt meteen gehandeld zonder duidelijk overleg. De systeemtherapeut koppelt dit terug aan moeder waarna zij meer de leiding neemt en er wel duidelijke afspraken worden gemaakt. De twee jongste kinderen geven aan dat ze ook onder parachute door willen kruipen en lopen. De jongste komt tevens met het idee om 'de mol' te zijn en dat de anderen de bal op hem gooien. Dit spel verloopt rommelig en na opnieuw overleg met elkaar wordt besloten dat iedereen om de beurt onder de parachute door mag lopen of kruipen. De oudste kinderen geven aan, nadat alle kinderen geweest zijn, dat moeder nu mag. De kinderen vangen haar en hebben hier samen plezier in. Bij een volgend spel, dat door de psychomotorisch kindertherapeut is bedacht, moet het gezin samen een estafette uitvoeren, waarbij ze zittend op een matje steeds een plek doorschuiven. Bij de eerste keer geeft de therapeut het startteken. Daarna mogen ze dit zelf aangeven. Aanvankelijk gebeurt dit zonder duidelijke afspraken waardoor het niet soepel verloopt. De oudste zoon geeft dan aan dat hij gaat aftellen, waarna het voor iedereen duidelijk is en het spel wel goed verloopt. Dit wordt door de systeemtherapeut benoemd. Tot slot mogen ze zelf nog iets kiezen. De kinderen willen allen met de grote fysioballen spelen. Moeder lijkt vooral de kinderen in de gaten te houden vanuit de angst dat er iets zal gebeuren. Wanneer dit aan haar wordt voorgelegd, kan zij dit beamen. Er wordt afgesproken dat de psychomotorisch kindertherapeut er voor zal waken dat er geen gevaarlijke dingen gebeuren, zodat zij ook in het spel zonder zorg of angst kan meedoen. Ze spelen afzonderlijk, maar zoeken in het spel ook om de beurt elkaar op. Er is veel plezier samen. Bij de korte nabespreking wordt het thema 'vertrouwen op elkaar' genoemd. Dit zal tijdens de volgende sessie centraal staan.

### *2e sessie: thema vertrouwen*

#### **Spelactiviteiten:**

- Om de beurt mag er iemand op de fysiobal liggen waarbij degene die ligt ondersteund wordt door de anderen.
- Een hindernisbaan bouwen waarna beurtelings iemand, ondersteund door een ander gezinslid, geblinddoekt eroverheen mag lopen.

De middelste van de kinderen geeft aan dat hij graag als eerste op de bal wil liggen. Moeder regelt en coördineert de afspraken. Het lukt de anderen goed om de bal in balans te houden. Als tweede mag de jongste van het gezin. De middelste zoon gaat voor de bal liggen, pakt de jongste bij de armen en probeert hem naar voren van de bal te trekken. Hij wordt hierop aangesproken door moeder en de oudste zoon. Wanneer dit tijdens een korte terugkoppeling ook door systeemtherapeut genoemd wordt, kan hij bij de volgende keer wel goed meehelpen. Wanneer moeder aan de beurt is, stemmen de kinderen aanvankelijk niet goed op elkaar af. Ze lijken de aansturende factor (moeder) kwijt te zijn. Dan neemt de oudste de leiding over. Het lukt moeder goed om zich over te geven aan de kinderen en te vertrouwen op hun handelen. Bij de volgende activiteit maken ze samen de hindernisbaan, waarbij de oudste zoon wat ideeën oppert. De anderen komen vervolgens ook met ideeën. De jongste zoon geeft aan dat hij wel als eerste over de baan wil en dat moeder hem mag begeleiden. Hij vertrouwt sterk op moeder en loopt het parcours heel makkelijk. De middelste zoon wordt door de oudste begeleid waarbij hij deze een paar keer vastpakt om hem in de goede richting te sturen. Wanneer zij de rollen omdraaien en de oudste met blinddoek op een hogere mat staat, is zijn begeleider even onoplettend en geeft wat onduidelijke aanwijzingen, waardoor de oudste misstapt. Het spel wordt een moment stopgezet om te bespreken hoe dit door beiden wordt ervaren. Ze zijn allebei geschrokken. Als de middelste zoon dan het parcours verder begeleidt, lijkt hij zich bewuster van zijn rol en is zijn houding wat zorgzamer en serieuzer. Tot slot mag de jongste zoon moeder begeleiden, waarbij moeder aangeeft dat ze het prettig vindt als haar zoon haar een hand geeft. Hij doet het heel goed en hij vindt de activiteit zo leuk dat hij na afloop vraagt of hij het parcours nog eens mag lopen. Wanneer het tijd is om op te ruimen, helpen alle gezinsleden mee.

### *3e sessie: thema samenwerken en afspraken maken*

#### **Spelactiviteit:**

- Samen een hut bouwen.

Vooraf wordt het gezin verteld dat ze met elkaar afspraken moeten maken over hoe en wat ze gaan bouwen. Ze mogen alle materialen gebruiken die in de ruimte beschikbaar zijn. De systeemtherapeut geeft moeder de opdracht om uit de 'politierol' te blijven. Voor de veiligheid van de kinderen zullen beiden therapeuten zorg dragen, zodat moeder hier niet steeds op hoeft te letten. De oudste zoon heeft in de individuele setting al eens een hut gebouwd en heeft het idee om de grote mat als muur te gebruiken. Hij is echter niet helemaal duidelijk in zijn uitleg, waardoor de andere gezinsleden het niet goed begrijpen.

Dit levert onduidelijkheid op voor iedereen en de oudste reageert geïrriteerd. Moeder stuurt vervolgens op een positieve manier aan. De kinderen lijken deze structuur nodig te hebben om tot handelen over te kunnen gaan.

Het spel wordt even stil gelegd om aan te geven wat er gebeurt. Dan gaan ze verder en bouwen samen de hut, waarbij ieder een andere taak heeft.

Na het bouwen wordt gevraagd of ze nog met de hut willen spelen of dat ze iets anders willen doen. Alle kinderen geven aan dat ze nog eens graag met de fysioballen willen gooien. Hierbij wordt er door de jongens niet altijd aan de veiligheid van elkaar gedacht en komen de ballen soms te hard aan. De systeemtherapeut koppelt op dat moment terug dat het goed is dat je aangeeft wanneer je het niet prettig vindt en dit duidelijk zegt tegen de ander.

Tijdens het spel is er veel plezier en alle gezinsleden zijn actief betrokken. De psychomotorisch kindertherapeut geeft aan dat ze als afsluiting het spelletje Mikado kunnen spelen. Moeder neemt het initiatief om de stokjes te laten vallen. Aanvankelijk is er rust en aandacht voor elkaar, er wordt



naar elkaar gekeken wanneer iemand aan de beurt is. Dit wordt echter niet lang volgehouden.

### Het evaluatiegesprek

Tijdens het gesprek begint de systeemtherapeut met benoemen wat hem is opgevallen tijdens de sessies in de bewegingsruimte. De positieve momenten komen als eerste ter sprake. De kinderen zitten er heel anders bij dan tijdens het kennismakingsgesprek. Ze luisteren goed en kunnen nu ook beter teruggeven wat zij ervan vinden en hoe zij de sessies hebben ervaren. Met name de jongste van de drie kinderen geeft vaker antwoord. Moeder vertelt dat ze in de afgelopen periode regelmatig heeft teruggehaald wat ze tijdens de sessies in de bewegingsruimte ook deden: even bespreken wat er gebeurt, (bij escalatie) en afspraken maken. Toch blijft het thuis nog lastig, blijkt uit de bevindingen van allen. Met name tijdens stoeimomenten kan het nog vaak escaleren. Het voorstel is om de afspraken, die het gezin al samen gemaakt heeft, op een groot vel te zetten, er een soort poster van te maken, en deze op een goed zichtbare plaats in huis op te hangen. Dit wordt door therapeuten ook met de PIT (psychiatrische intensieve thuiszorg) opgepakt, die het gezin thuis gaat begeleiden. Met een gevoel van vertrouwen dat de onderlinge contacten zullen verbeteren, nemen beide therapeuten afscheid van het gezin. ■